



**Universidade
de Aveiro**

Departamento de Comunicação e Arte

2010

Joana de Abreu Freire A Respiração na Prática do Ensino do Canto
Teixeira Valente



Universidade de Aveiro Departamento de Comunicação e Arte

2010

**Joana de Abreu Freire
Teixeira Valente**

A Respiração na Prática do Ensino do Canto

Dissertação apresentada à Universidade de Aveiro para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Música - Vertente Vocacional, realizada sob a orientação científica do Prof. Doutor António Gabriel Castro Correia Salgado, Professor Auxiliar do Departamento de Comunicação e Arte da Universidade de Aveiro.

o júri

presidente

Doutora Filipa Martins Baptista Lã
Professora Auxiliar Convidada da Universidade de Aveiro

Doutora Ana Sofia Serra Dawa
Professora Auxiliar do Centro Regional do Porto da
Universidade Católica Portuguesa

Prof. Dr. António Gabriel Castro Correia Salgado
Professor Auxiliar da Universidade de Aveiro

Agradecimentos

À minha Família pelo apoio incondicional. Especialmente ao João por não me deixar desistir de conseguir o impossível.

palavras-chave

Canto, Respiração, Fonação, Ensino.

resumo

O presente trabalho, pretende fazer uma abordagem à importância da prática de exercícios de desenvolvimento respiratório no contexto da aula de Canto.

Está estruturado em três momentos principais. Um primeiro momento em que se faz referência à revisão bibliográfica sobre os sistemas respiratório e fonador. Um segundo momento em que se expõe a metodologia adoptada e os procedimentos aplicados ao estudo efectuado em aulas individuais de Canto, com quatro alunos. Por fim, um terceiro momento em que se procede à apresentação e análise dos resultados obtidos com o desenvolvimento do Projecto Educativo.

keywords

Singing, Breathing, Phonation, Teaching.

abstract

This paper intends to make an approach to the importance and relevance of the systematic practice of respiratory exercises in Singing Lessons. This document is structured in three main stages. The first stage refers to the information gathered on the respiratory and phonetic systems. A second stage is devoted to the presentation of the methodology adopted and the process applied to this study. A third stage, where are presented the results and the conclusions obtained with the work developed in this Educational Project.

Índice

Índice de Quadros	3
Índice de Figuras	4
Índice de Gráficos	6

Introdução	7
-------------------	----------

I. Dimensão Teórica	11
----------------------------	-----------

1. O Ensino do Canto	15
2. O Aparelho Fonador	18
2.1. A Fonação	26
3. O Aparelho Respiratório	34
3.1. A Respiração	40

II. Dimensão Empírica	47
------------------------------	-----------

1. Caracterização do Estudo	48
1.1. Contextualização	48
1.2. Objectivos	56
1.3. Desenho da Metodologia para o Estudo	56
1.4. Procedimentos e Etapas do Estudo	68
2. Apresentação dos Dados Recolhidos e Análise dos Resultados	78
2.1. Desenvolvimento das Aulas	80
2.1.1. Apresentação dos Registos	81
2.1.1.1. Alexandra	82
2.1.1.2. Caroline	88
2.1.1.3. Luís	94
2.1.1.4. Margarida	100
2.1.2. Análise dos Resultados	106
2.2. Avaliação Diagnóstica e Periódica	123
2.2.1. Apresentação dos Registos	124
2.2.1.1. Alexandra	125

2.2.1.2. Caroline	128
2.2.1.3. Luís	131
2.2.1.4. Margarida	134
2.2.2. Análise dos Resultados	137
2.3. Testemunhos Recolhidos nas Entrevistas	161
2.3.1. Quadro Exploratório do Material Recolhido nas Entrevistas	162
2.3.2. Análise dos Resultados	167
2.4. Síntese Crítica dos Resultados	174
Conclusão	180
Fontes	183
Bibliografia	
Sítios na Internet	
Anexos	
Anexo I – Guião da Entrevista Semi-estruturada	
Anexo II – Quadro de Registo de Exercício Respiratório e Reportório na Aula de Canto	
Anexo III – Quadro de Avaliação Diagnóstica do Desempenho do Aluno	
Anexo IV – Quadro de Avaliação Periódica do Desempenho do Aluno	
Anexo V – Transcrição da Entrevista da Alexandra	
Anexo VI – Transcrição da Entrevista da Carolie	
Anexo VII – Transcrição da Entrevista do Luís	
Anexo VIII – Transcrição da Entrevista da Margarida	
Anexo IX – Autorização: Alexandra	
Anexo X – Autorização: Caroline	
Anexo XI – Autorização: Luis	
Anexo XII – Autorização: Margarida	

Índice de Quadros

Quadro n.º1 – Quadro de apresentação da aluna Alexandra	54
Quadro n.º2 – Quadro de apresentação da aluna Caroline	54
Quadro n.º3 – Quadro de apresentação do aluno Luís	55
Quadro n.º4 – Quadro de apresentação da aluna Margarida	55
Quadro n.º5 - Quadro organizador do guião da entrevista semi-estruturada, realizada no contexto do Projecto Educativo <i>A respiração na aula de canto</i>	63
Quadro n.º6 – Síntese das opções metodológicas assumidas no presente estudo	66
Quadro n.º7 – Quadro das diferentes fases da exercitação respiratória	69
Quadro n.º8 – Parâmetros e Subparâmetros considerados nas avaliações Diagnóstica e Periódicas	75
Quadro n.º9 – Número de aulas em que cada fase do exercício foi realizada e número de aulas em que foi possível realizar o exercício completo, por aluno	106
Quadro n.º10 – Fases do exercício realizadas por aula – Alexandra	108
Quadro n.º11 – Fases do exercício realizadas por aula – Caroline	110
Quadro n.º12 – Fases do exercício realizadas por aula – Luís	112
Quadro n.º13 – Fases do exercício realizadas por aula – Margarida	113
Quadro n.º14 – Número de aulas de 45 minutos por aluno e número de horas totais de contacto com o aluno, no decorrer do Projecto Educativo	120
Quadro n.º15 – Níveis adoptados para avaliação dos parâmetros e subparâmetros das fichas de avaliação diagnóstica e periódicas e respectiva descrição	124
Quadro n.º16 – Evolução da Alexandra	138
Quadro n.º17 – Evolução da Caroline	140
Quadro n.º18 – Evolução do Luís	142
Quadro n.º19 – Evolução da Margarida	143
Quadro n.º20 – Quadro comparativo da progressão dos alunos ao nível das diferentes dimensões consideradas	145
Quadro n.º21 – Quadro Comparativo da Progressão na Expiração Fonatória	147
Quadro n.º22 – Quadro Síntese da Recolha de Dados por Entrevista Semi-estruturada aos Alunos participantes no PE	162

Índice de Figuras

Figura n.º1 – Visão anterior e posterior da laringe	19
Figura n.º2 – Cartilagens aritnoideia e cricoideia	20
Figura n.º3 – Músculos extrínsecos da laringe	22
Figura n.º4 – Músculos crico-aritenoideus	22
Figura n.º5 – Músculo aritenoideu transverso	23
Figura n.º6 – Músculos aritenoideus oblíquos	24
Figura n.º7 – Músculos tiro-aritenoideus	25
Figura n.º8 – Músculos crico-tiroideus	25
Figura n.º9 – Padrão de vibração das pregas vocais	28
Figura n.º10 – Seios perinasais	35
Figura n.º11 – Caixa torácica e diafragma	36
Figura n.º12 – Músculos peitorais maior e menor	37
Figura n.º13 – Imagem do abaixamento diafragmático e aumento de volume pulmonar	38
Figura n.º14 – Músculos abdominais	39
Figura n.º15 – Imagem de elevação diafragmática e diminuição de volume pulmonar	39
Figura n.º16 – Respiração diafragmática	42
Figura n.º17 – Respiração costal superior	42
Figura n.º18 – Respiração costo-diafragmático-abdominal	42
Figura n.º 19 – Os dois campos metodológicos simultaneamente explorados no contexto do presente estudo	49
Figura n.º 20 – Quadro síntese da relação entre as fases de desenvolvimento do PE e as fases de construção do DAPE	67
Figura n.º 21 – Postura corporal: (a) antes dos ajustes das partes flexíveis do corpo; (b) depois dos ajustes correctos das partes flexíveis do corpo	73
Figura n.º22 – Postura corporal adequada, segundo Guimarães (2007)	74
Figura n.º23 – Equilíbrio da cabeça numa postura correcta	74
Figura n.º24 – Excerto da ária de oratório <i>Domine Deus</i> de Vivaldi, cc24-25	114
Figura n.º25 – Excerto da ária de oratório <i>Domine Deus</i> de Vivaldi, cc11-14	115
Figura n.º26 – Excerto da ária de oratório <i>Domine Deus</i> de Vivaldi, cc19-20	115
Figura n.º27 – Excerto da ária de oratório <i>Domine Deus</i> de Vivaldi, cc32-35	116
Figura n.º28 – Excerto da ária antiga <i>O Cessate di Piagarmi</i> de Scarlatti, cc3-4	116
Figura n.º29 – Excerto da ária antiga <i>O Cessate di Piagarmi</i> de Scarlatti, cc11-16	117
Figura n.º30 – Excerto da ária de oratório <i>Eja Mater</i> de Pergolesi, cc46-49	117

Figura n.º31 – Excerto da ária de oratório <i>Eja Mater</i> de Pergolesi, cc51-53	118
Figura n.º32 – Excerto da ária antiga <i>O Cessate di Piagarmi</i> de Scarlatti, cc11-16	118

Índice de Gráficos

Gráfico n.º1 – Evolução da Alexandra	138
Gráfico n.º2 – Evolução da Caroline	141
Gráfico n.º3 – Evolução do Luís	142
Gráfico n.º4 – Evolução da Margarida	144
Gráfico n.º5 – Gráfico comparativo da progressão dos alunos ao nível das diferentes dimensões consideradas	145
Gráfico n.º6 – Gráfico comparativo da execução do Exercício Respiratório – Alexandra	147
Gráfico n.º7 – Gráfico comparativo da execução do Exercício Respiratório – Caroline	148
Gráfico n.º8 – Gráfico comparativo da execução do Exercício Respiratório – Luís	148
Gráfico n.º9 – Gráfico comparativo da execução do Exercício Respiratório – Margarida	149
Gráfico n.º10 – Gráfico comparativo da Expansão Respiratória – Alexandra	149
Gráfico n.º11 – Gráfico comparativo da Expansão Respiratória – Caroline	150
Gráfico n.º12 – Gráfico comparativo da Expansão Respiratória – Luís	150
Gráfico n.º13 – Gráfico comparativo da Expansão Respiratória – Margarida	151
Gráfico n.º14 – Gráfico referente à Coordenação da musculatura envolvida na Inspiração – Alexandra	152
Gráfico n.º15 – Gráfico referente à Coordenação da musculatura envolvida na Inspiração – Caroline	152
Gráfico n.º16 – Gráfico referente à Coordenação da musculatura envolvida na Inspiração – Luís	153
Gráfico n.º17 – Gráfico referente à Coordenação da musculatura envolvida na Inspiração – Margarida	153
Gráfico n.º18 – Gráfico comparativo de Progressão na Expiração Fonatória	154

INTRODUÇÃO

No contexto do ensino complementar de música, o professor de Canto assume responsabilidade total sobre o desenvolvimento vocal (técnico e performativo) dos seus alunos. É, por isso, fundamental reunir um leque de conhecimentos técnicos e científicos que fundamentem a sua actividade pedagógica, permitindo a preparação do docente para as actividades desenvolvidas no contexto das actividades do ensino, aprendizagem musical e vocal dos seus alunos. De entre os complexos processos psico-fisiológicos envolvidos na prática de Canto, a respiração emerge como base estruturante. São vários os autores que identificam este papel estruturante do processo respiratório na prática do Canto: TEACHEAY, KAHANE, BECKORD (1991); MANÉN (1981); OLIVEIRA (2000); MOTA, SANTOS, BARBOSA E NETO (2010); SOUZA (2000); GUIMARÃES (2007); SACRAMENTO (2009). Sendo que esta última autora recomenda também que a gestão do controlo do “ciclo respiratório (...) pode ser apreendido com exercícios apropriados.” [SACRAMENTO, 2009: 95] Quando estamos em presença de alguém que aprende Canto, a primeira aprendizagem que o professor deve assegurar é a do domínio do processo respiratório. Assim, este processo deve ser relevante na estruturação da aula de Canto, merecendo uma atenção especial no trabalho desenvolvido sobre o ensino desta actividade fonatória, pois os alunos devem ter domínio sobre ele antes de se confrontarem com repertório exigente. Desta forma, evitar-se-à que os alunos se confrontem com: (a) problemas vocais, e com (b) dificuldades inultrapassáveis por ausência de domínio sobre a musculatura envolvida no processo respiratório. Estes problemas causam desmotivação e conduzem os alunos a uma execução vocal baseada em princípios e práticas fisiologicamente errados, pois são adquiridos sem a necessária interiorização sistemática dos mecanismos psico-musculares.

Tendo identificado que os alunos com quem trabalhava não dominavam o processo respiratório e, conseqüentemente, tinham dificuldades na prática de repertório, decidi desenvolver o meu Projecto Educativo (PE) sobre a temática *A Respiração na Prática do Ensino do Canto*. As condições operacionais necessárias ao desenvolvimento do PE foram reunidas no Conservatório Regional de Música de Vila Real (CRMVR). Inserindo-se no estudo

desenvolvido na formação didáctica e pedagógica para a prática do ensino do Canto na disciplina de Projecto Educativo, no Mestrado em Música – Vertente Vocacional, no Departamento de Comunicação e Arte da Universidade de Aveiro, este PE tem como objectivo geral perceber qual o impacto da aplicação sistemática de exercícios respiratórios, na aula de Canto, no desenvolvimento vocal dos alunos participantes neste Projecto Educativo. Este objectivo geral desdobrou-se em quatro objectivos específicos: (i)reunir e sistematizar um conjunto de exercícios respiratórios apropriados à prática vocal; (ii)aplicar os exercícios respiratórios na prática da aula de Canto de forma sistemática; (iii)observar e registar os resultados obtidos na prática de reportório, pelos alunos envolvidos no PE; (iv)perceber quais são as representações dos alunos sobre todo o processo, em momento posterior ao fim do PE. A escolha deste objectivo geral e dos objectivos específicos justifica-se porque, como afirma Oliveira (2000), no trabalho que desenvolveu sobre *Diversas técnicas de respiração para o Canto*, “a boa voz¹ começa com uma boa respiração.” [OLIVEIRA, 2000: 11], acrescentando ainda que “a respiração é o alicerce da boa voz tanto para situações de fala quanto de canto, sendo responsável pelo equilíbrio vocal, a segurança e o controle da situação.” [OLIVEIRA, 2000: 11]. Em *The Art of Singing*, Manén (1981) afirma, sobre o processo de respiração no acto do Canto, “este ciclo de rápidas inspirações e expirações prolongadas difere do ciclo de respiração normal em que as duas fases são regulares (...).” [MANÉN, 1981: 18]² MOTA, SANTOS, BARBOSA E NETO, também referem a importância do desenvolvimento da capacidade respiratória para o incremento de diferentes recursos musicais no desempenho do cantor, afirmando que “no canto, as habilidades fonoarticulatórias são exigidas numa esfera muito maior que na fala. A capacidade respiratória tem de ser aumentada e o controle da expiração e pressão finamente oposto á tensão da prega vocal, para que possa obter um maior volume vocal e frases mais longas, bem como variação mais ampla de tom.” [MOTA, 2010: 28]

¹ MOTA, SANTOS, BARBOSA e NETO referem esta expressão como “uma qualidade vocal apropriada para sexo e idade, intensidade e modulação adequadas, e a não interferência na inteligibilidade da fala [e canto] nem nas funções sociais e ocupacionais.” [MOTA, 2010: 28]

² “This cycle of quick inspiration and protracted expiration differs from the normal cycle in which the two phases are regular (...).” [MANÉN, 1981: 18]

Entre Janeiro e Junho de 2010, desenvolveu-se, assim, o PE no contexto das aulas de Canto de quatro alunos que, como já foi dito, não dominavam o processo respiratório. Com o objectivo de reunir os conhecimentos necessários à elaboração do PE, procedeu-se à revisão bibliográfica sobre o tema em estudo, abordando as seguintes áreas: (a) contextualização sobre a evolução do ensino de Canto no mundo e em Portugal; (b) aparelho fonador e seu funcionamento; (c) aparelho respiratório e seu funcionamento. Para a concretização do estudo e elaboração do Documento de Apoio ao Projecto Educativo (DAPE), (i) definiram-se as diferentes fases do exercício respiratório a ser realizado sistematicamente em aula de Canto; (ii) aplicou-se o exercício respiratório registando-se os resultados, ao nível da execução das suas diferentes fases para cada aluno; (iii) avaliou-se o desenvolvimento dos alunos periodicamente; e, por fim, (iv) realizaram-se entrevistas com o propósito de compreender as representações de cada aluno sobre o processo e seu impacto na evolução do controlo da respiração no Canto. Utilizando os dados obtidos, por via dos registos, avaliações e entrevista, foi possível identificar algumas constantes que apontam no sentido de um impacto positivo da experiência pedagógica no desempenho respiratório de cada um dos alunos envolvidos.

Este Documento de Apoio ao Projecto Educativo (DAPE) está dividido em duas partes principais: (I) Dimensão Teórica e (II) Dimensão Empírica. A primeira parte é dedicada à revisão bibliográfica e a segunda parte é dedicada à contextualização do estudo, à justificação da metodologia adoptada, assim como à exposição e discussão dos dados recolhidos.

Na primeira parte, apresentam-se três pontos. O primeiro ponto, (1) *O ensino do Canto*, é dedicado, de forma sucinta, ao desenvolvimento do ensino do Canto, no último século, focando a crescente implementação de diferentes técnicas científicas que mudaram uma visão predominantemente tradicional do ensino do Canto, assente em processos intuitivos, para uma abordagem científica que procura um saber universal, comum a todos os praticantes de Canto. O segundo ponto, (2) *O aparelho fonador*, é dedicado à exposição dos diferentes constituintes do aparelho fonador. Dentro dele, em (2.1) *A fonação*, contextualiza-se a utilização deste aparelho durante a produção sonora, realizada na prática da fala e do Canto. O terceiro ponto, (3) *O aparelho*

respiratório, é dedicado aos diferentes constituintes do aparelho respiratório e ao seu funcionamento durante o processo respiratório. Ainda neste último ponto em (3.1) *A respiração*, contextualizam-se os processos respiratórios durante a prática da fala e do Canto. Como afirmou Manén (1981): "não é importante para o cantor saber todos os detalhes anatómicos e suas funções para cantar, mas ele deve estar ciente das sensações que acompanham o funcionamento deste instrumento." [Manen, 1981: 20]³

Na segunda parte deste DAPE, o primeiro ponto, (1) *Caracterização do estudo*, é dedicado à contextualização, à exposição e justificação dos processos metodológicos adoptados para o presente estudo. São ainda apresentados os procedimentos para a operacionalização do presente estudo. No segundo ponto, (2) *Apresentação dos dados recolhidos e análise dos resultados*, apresentam-se os dados recolhidos ao longo da concretização do PE e prossegue-se com a reflexão e discussão sobre os dados apresentados. Finalmente, na conclusão, é apresentada uma reflexão sobre o estudo realizado, assim como sobre as constantes verificadas e conclusões dele decorrentes.

³ "It is not important for the singer to know all anatomical details and their function for singing, but he must be aware of the sensations accompanying the working of this instrument." [MANÉN, 1981: 20]

DIMENSÃO TEÓRICA

São múltiplos os autores onde se encontram referências que concluem que “há necessidade de se estudar com maior profundidade o apoio respiratório aplicado ao ensino-aprendizado do canto”. [SOUZA, 2008: 17] “A deficiência técnica mais encontrada por TEACHEY, KAHANE, BECKORD (1991)⁴ entre os cantores não treinados foi suporte e controle respiratório deficientes”. [SOUZA, 2008: 64] Manén (1982) afirma que “o cantor deve começar por observar as suas sensações internas enquanto inspira e expira, calma e naturalmente.” [MANÉN, 1981: 17]⁵ De facto, “A arte do canto exige vigor e resistência para que o potencial vocal seja plenamente alcançado; logo, para cantar bem, o estado de normalidade é fundamental e o organismo precisa estar em perfeitas condições de saúde e preparo.” [MOTA, 2010: 28] Fazendo uso das palavras de Mota, Santos, Barbosa e Neto, podemos afirmar que “a voz depende fundamentalmente da atividade muscular e de todos os músculos que servem à produção vocal, além da integridade de todos os tecidos do aparelho fonador.” [MOTA, 2010: 28] Acrescentando ainda que se “o canto requer do aparelho fonador sua total integridade (...) a ausência de preparo e técnica pode ser extremamente prejudicial ao aparato vocal, causando sérios distúrbios orgânicos secundários.” [MOTA, 2010: 28] Ainda em complemento a esta afirmação, Souza (2008) refere que “o bom suporte e o controle respiratório propiciam relaxamento e domínio de todo o trato vocal”. [SOUZA, 2008: 18] A mesma autora refere que “SONNINEM, LAUKKANEM, KARMA & HURME (2005)⁶ relatam que o apoio respiratório é um conceito vastamente usado por cantores líricos.” E ainda que “LUNDY, ROY, CASIANO, EVANS, SULLIVAN & XUE (2000)⁷ descrevem que cantar requer uma coordenação extraordinária do sistema respiratório e do sistema de fonação

⁴ TEACHEY, J.C.; KAHANE, J.C.; BECKFORD, N.S. *Vocal mechanics in untrined professional singers*. Journal of voice, Philadelphia, v. 5, n. 1, p.51-56, 1991.

⁵ “The singer must begin by observing his internal sensations when he breathes in and out quietly and naturally.” [MANÉN, 1981: 17].

⁶ SONNINEM, A.; LAUKANNEN, A.M.; KARMA, K. & HURME, P. *Evaluation of support in singing*. Journal of voice, Philadelphia, v. 19, n. 2, p. 223-237, 2005.

⁷ LUNDY, D.S.; ROY, S.; CASIANO, R.R.; EVANS, J.; SULLIVAN, P.A.; XUE, J.W. *Relationship between aerodynamic measures of glottal efficiency and stroboscopic findings in asymptomatic singing students*. Journal of voice, Philadelphia, v. 14, n. 2, p. 178-183, 2000.

para controlar eficientemente a passagem de ar glotal.” [SOUZA, 2008: 65] Oliveira (2000) afirma que “a respiração é o alicerce da boa voz⁸ tanto para situações de fala quanto de canto, sendo responsável pelo equilíbrio vocal, a segurança e o controle da situação.” [OLIVEIRA, 2000: 11] Mota, Santos, Barbosa e Neto expõem que os “cantores representam um grupo de risco para o desenvolvimento de problemas vocais e raramente buscam ajuda profissional para suas queixas vocais antes que estas evoluam para uma patologia laríngea severa.” [MOTA, 2010: 29] Oliveira (2000) é muito clara quanto à importância da respiração em processos de fonação quando afirma que “o estudo do funcionamento do sistema respiratório nas diversas situações de fala e canto torna bastante claro que a melhora da função vocal pode ser obtida ou pelo menos auxiliada pela mudança dos hábitos respiratórios.” [OLIVEIRA, 2000: 27] Souza (2008) reforça a mesma ideia alertando para a importância de que “professores de canto, professores de técnica vocal (preparadores vocais) e regentes compreendam e aceitem o funcionamento dos vários tipos respiratórios, pesquisando e estudando a variedade de manifestações da forma humana nos seus pontos positivos e nos seus aspectos mais frágeis, atendendo assim às limitações e particularidades do cantor que, se não observadas, poderão levar a distúrbios e alterações.” [SOUZA, 2008: 16] Guimarães acrescenta ainda que “o treino do controle respiratório deve visar o relaxamento, a consciencialização para o alinhamento corporal e a aprendizagem da coordenação entre os sistemas respiratório, laríngeo e articulatório no sentido de potencializar a eficácia da expiração fonatória.” [GUIMARÃES, 2007: 222]

Considerando os aspectos mencionados pelos diferentes autores é importante que “ao trabalhar com um cantor, ator ou palestrante que precise de algum treinamento formal da respiração” o professor tome “as seguintes medidas: (1)discuta a importância de uma boa postura, porque é um dos melhores facilitadores da respiração normal; (2)demonstre a respiração abdominal-diafragmática.” Para isso, “a excursão para baixo do diafragma que aumenta a dimensão vertical do torax, não pode ser vista diretamente (porque

⁸ MOTA, SANTOS, BARBOSA e NETO referem esta expressão como “uma qualidade vocal apropriada para sexo e idade, intensidade e modulação adequadas, e a não interferência na inteligibilidade da fala [e canto] nem nas funções sociais e ocupacionais.” [MOTA, 2010: 28]

os ligamentos do diafragma estão atrás e dentro das costelas); seu efeito pode ser visto, apenas, pelo deslocamento para fora do abdômen. Na expiração, enquanto o diafragma ascende, a distensão abdominal diminui.” O aluno “deve tentar duplicar o procedimento enquanto permanece com as costas encostadas à parede.” Assim, “tão logo o sujeito aprenda a respirar por este relaxamento- contração dos músculos abdominais, introduza algumas atividades de vocalização para serem feitas na expiração.” [OLIVEIRA, 2000:25]

São estas as perspectivas que justificam que a concretização deste PE se centre na preocupação de desenvolver nos alunos a coordenação muscular envolvida no processo de respiração consciente relacionado com a fonação, proporcionando a possibilidade de consciencializar a musculatura envolvida no processo respiratório e a sua capacidade de resposta às várias solicitações feitas durante o acto do Canto. Isto desde a preparação da primeira nota até à capacidade de executar frases longas. Para tal foi incluída com especial incidência, na rotina da aula de Canto, a exercitação respiratória para que os alunos participantes neste PE experimentem a prática regular da coordenação da musculatura do processo respiratório, indubitavelmente envolvida no processo de fonação.

Assim, nesta primeira parte deste DAPE, o primeiro ponto – *O ensino do Canto* – é dedicado, de forma sucinta, ao desenvolvimento do ensino do Canto no último século, focando a crescente implementação de diferentes técnicas científicas que mudaram uma visão predominantemente tradicional do ensino do Canto, assente em processos intuitivos, para uma abordagem científica que procura um saber universal, comum a todos os praticantes de Canto.

Por considerar também relevante para a contextualização científica deste PE, o segundo ponto desta primeira parte – *O aparelho fonador* – é dedicado à exposição dos diferentes constituintes do aparelho fonador. Dentro deste segundo ponto incide-se, ainda, sobre – *A fonação*, com o propósito de reflectir sobre a utilização deste aparelho durante a produção sonora, nomeadamente na prática de Canto. O terceiro ponto – *O aparelho respiratório* – é dedicado aos diferentes constituintes do aparelho respiratório e ao seu funcionamento durante o processo respiratório. Neste último ponto trata-se ainda de – *A respiração*, com o propósito de esclarecer os processos respiratórios, nomeadamente na activação e manutenção do apoio vocal. Pois,

como afirma Manén (1981), ao reflectir sobre os movimentos musculares envolvidos no processo respiratório durante a fonação, “o cantor tem de compreender esta dualidade de movimentos durante o acto do Canto.” [MANÉN, 1981: 19]⁹

⁹ “The singer must come to terms with this duality of direction of movement during singing.” [MANÉN, 1981: 19]

1. O Ensino do Canto

Segundo Sacramento (2009), “Até ao início do século XX a literatura sobre canto incluía principalmente livros escritos por artistas sobre a sua visão da arte do canto focando sobretudo aspectos de interpretação, ou então colectâneas de vocalizos. Progressivamente começaram a aplicar-se as descobertas científicas à técnica vocal e a partir dos anos quarenta do século XX quase todos os livros sobre canto passaram a incluir explicações acerca dos aspectos fisiológicos (anatomofisiologia) e físicos (acústica) do canto.” [SACRAMENTO, 2009: 7]

Nesse contexto, e até ao início da aplicação das descobertas científicas à técnica vocal, a prática de pedagogia do Canto foi muitas vezes baseada em pressupostos cientificamente errados, suportando-se em imagens necessariamente subjectivas que não obtinham idênticos resultados em todos os alunos. Frequentemente estes métodos resultaram em confusão e, consequentemente, impediram o normal desenvolvimento da aprendizagem vocal de alguns estudantes. Posteriormente, foram conhecidos princípios de trabalho baseados em informação científica, defendendo que uma boa produção vocal dependia do respeito pelos princípios fisiológicos do organismo. [SACRAMENTO, 2009] Neste sentido, mais recentemente, implementaram-se abordagens de tecnologia científica que ajudaram a desenvolver a compreensão da prática de Canto, quer por parte do professor, quer por parte do aluno:

“[sobre a inclusão da tecnologia no ensino do canto] As vantagens da utilização desta tecnologia são significativas pois permitem acelerar a evolução da aprendizagem ao providenciar ao aluno e ao professor informação quantificável e concreta sobre a produção vocal do aluno.”

[SACRAMENTO, 2009: 12]

Em Portugal, até à segunda metade do século XX, o ensino do Canto esteve assente na percepção e na vivência do aluno, tendo a imitação, a metáfora e a intuição como instrumentos fundamentais da sua aprendizagem (ensino tradicional) [AGUIAR, 2007]. Sendo praticamente inexistente o recurso a explicações eruditas, esta forma de ensino, designada por alguns como

tradicional, era dominada por um carácter notoriamente empírico, com alicerce nas técnicas alemã e italiana. Na década de 80, intensifica-se a introdução da terminologia científica, começando a ser utilizadas noções mais pormenorizadas do aparelho fonador, assim como de todos os elementos envolvidos no processo vocal. Actualmente, na busca de conduzir o aluno a uma correcta e eficaz utilização do aparelho vocal, coexistem as duas tendências, o ensino tradicional e o ensino baseado em princípios científicos, sendo da responsabilidade de cada professor a formação e estímulo de uma aprendizagem de atitude global e estruturada. [AGUIAR, 2007] Ainda sobre a articulação do conhecimento tradicional com o conhecimento científico na sala de aula da Canto, Sacramento refere, como reforço da abordagem da componente científica na aula de Canto, a “necessidade de um profundo conhecimento científico do instrumento e de uma técnica regularmente trabalhada para sustentar um percurso artisticamente bem sucedido”. [SACRAMENTO, 2009: 10]

A formação inicial e contínua dos professores de Canto tem contribuído para a evolução do ensino, aumentando a valorização da investigação científica e das metodologias de ensino, que passam a ter de adaptar-se mediante a aquisição de novos conhecimentos, articulando diferentes áreas do saber. O ensino do Canto em Portugal continua a ser individualizado, fortemente enraizado numa relação professor/aluno no contexto de aprendizagem, conservando-se o carácter empírico e intuitivo do método tradicional agora conjugado com uma dimensão mais científica, de acordo com os princípios da fisiologia da voz. “A técnica é a mesma mas o modo como se aborda e adapta ao aluno é diferente.” [AGUIAR, 2007: 105]

Aguiar (2007), partindo da informação prestada pelos professores de Canto participantes no seu estudo, identificou oito parâmetros essenciais para a realização de um trabalho vocal consciente e eficaz:

“[1]A importância da aquisição de noções de anatomia e fisiologia vocal, que permitam uma melhor compreensão acerca do funcionamento do aparelho fonador; [2] A utilização de uma correcta técnica respiratória como contributo para uma emissão vocal mais perfeita; [3] O cuidado com a apresentação e a postura; [4] O reconhecimento da técnica vocal como coadjuvante no Ensino de Canto e não como

meta em si mesma; [5] A consciência e valorização da voz e da capacidade expressiva de cada indivíduo, independentemente da sua extensão vocal; [6] O respeito pelas características próprias do indivíduo, tendo em consideração a sua dimensão global; [7] O cuidado na diversificação e abrangência do repertório estudado; [8] A valorização do aperfeiçoamento da dicção e da fonética.”

[AGUIAR, 2007: 105]

Nas conclusões deste seu trabalho direccionado para a caracterização do ensino do Canto em Portugal na segunda metade do século XX, intitulado *O Ensino de Canto em Portugal: uma perspectiva analítico-reflexiva a partir de meados do Século XX*, Aguiar refere, também, que são duas as fases de uma aula de Canto identificadas pelos professores/informadores que colaboraram na sua investigação: a)aquecimento vocal; b)trabalho de repertório. Os professores que integraram a investigação indicaram como fundamental para a obtenção de bons resultados na primeira dessas fases “relaxamento, postura, respiração, apoio e alongamento vocal, vocalização, projecção, intensidade e articulação”. [AGUIAR, 2007: 107] Para a obtenção de bons resultados na segunda dessas fases acima mencionadas, os professores indicaram ser essencial trabalhar “a afinação, a linha vocal, a análise do texto, a interpretação e a fonética.” [AGUIAR, 2007: 108]

Sendo hoje consensual que o carácter científico deve estar presente no ensino e aprendizagem do Canto, é também global o reconhecimento da necessidade de considerar a personalidade, o gosto pessoal, a postura e o percurso realizado pelo aluno. Sem diminuir a sua importância, “a aplicação dos princípios científicos deverá ter em conta a personalidade e sentido crítico do aluno” fazendo a gestão da capacidade deste de ser positivamente influenciado pelo conhecimento científico. [AGUIAR, 2007:109]

2. O Aparelho Fonador

Para a caracterização do aparelho fonador, seus elementos constituintes e respectivas funções, tomamos essencialmente por referência o(s) trabalho(s) de Sacramento (2009) e Guimarães (2007)¹⁰.

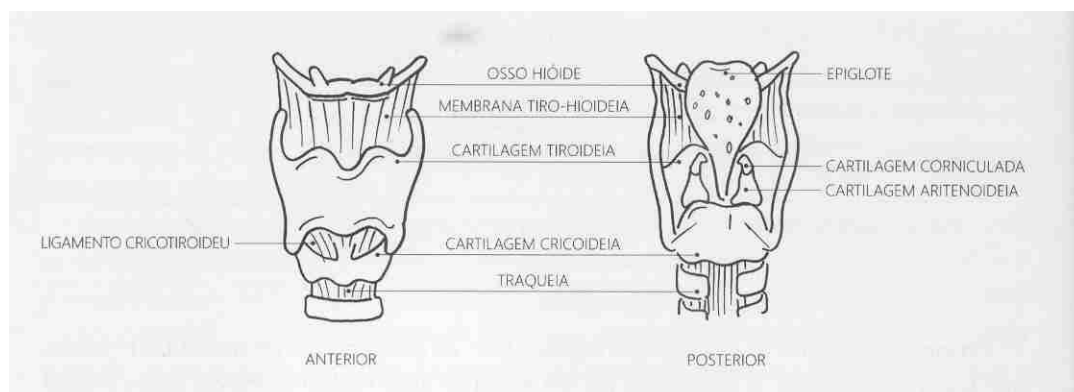
“A laringe é um sistema músculo-cartilágneo e neuromuscular com funções complexas que envolvem a protecção das vias aéreas inferiores (através de reflexos como a tosse e o laringoespasma), a respiração, a deglutição e a comunicação oral (fonação e ressonância). As suas funções são coordenadas com a faringe e o esófago de forma a ser definido o evento que irá ocorrer na faringe – apenas passagem de ar (respiração), transferência de alimentos (deglutição) ou comunicação oral (voz).” [GUIMARÃES, 2007: 14]

Neste estudo temos interesse em perceber o funcionamento do aparelho fonador. “Do ponto de vista estritamente mecânico, para funcionar, o instrumento vocal necessita da associação de três elementos: [1] um material susceptível de vibrar, [2] uma fonte de energia capaz de provocar a vibração do material vibrante, e [3] uma caixa de ressonância que amplifique as vibrações. No entanto, esta simplificação é ilusória pois, mesmo de um ponto de vista estritamente fisiológico, todos os mecanismos da produção vocal, falada ou cantada, são muito mais complexos, e nem todos estão completamente esclarecidos.” [SACRAMENTO, 2009: 31]

No suporte esquelético da laringe, estão presentes cinco cartilagens principais: a cricóide, a tiróide, a epiglote e as aritnóides (ver Figura n.º1); assim como duas cartilagens adjacentes – corniculada e cuniforme – e o osso hióide, ligados entre si por uma série de articulações, membranas e ligamentos. [GUIMARÃES, 2007]

¹⁰ Outras obras, mais utilizadas no contexto do trabalho dos técnicos de saúde, também consultadas e que apresentam aproximadamente o mesmo conteúdo e descrições foram: ROUVIÈRE, H. (1970): *Anatomie Humaine – descriptive et topographique*. Paris: Masson et C^a., Editeurs (Tomo I, p. 81-117, 478-510; Tomo II, p. 28-92, 251-278); NETTER, Frank Henry (1999): *Atlas of Human Anatomy – Head and Neck*. New Jersey: Library of Congress Cataloging.

Figura n.º1 – Visão anterior e posterior da laringe¹¹

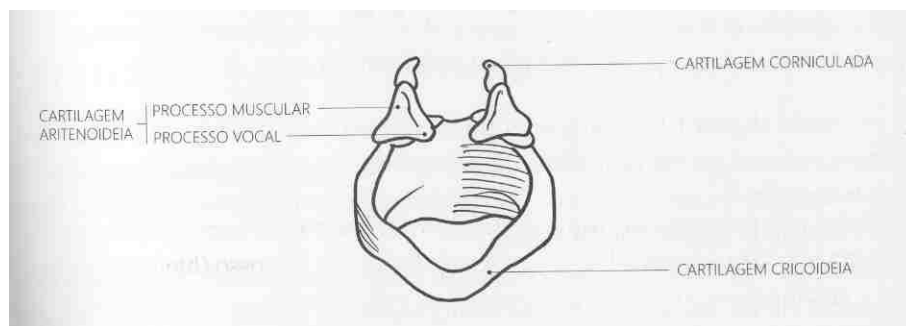


A cartilagem cricoideia, localizada em frente à sexta vértebra cervical, pode ser vista como a base e suporte de toda a laringe. É um anel completo entre a traqueia, que lhe fica por baixo, e a cartilagem tiroideia, que se situa acima, como se pode ver na Figura n.º1 [GUIMARÃES, 2007].

A cartilagem tiroideia, a mais larga de todas as cartilagens, articula-se com a cricoideia lateralmente através, das junções cricotiroideias e está ligada ao osso hióide pelas fibras tiro-hióideias. As aritnoideias são duas estruturas pequenas de forma piramidal localizadas no topo da face posterior da cartilagem cricoideia e ligadas a esta através das articulações crico-aritnoideias. “A base tem uma extensão anterior, o processo vocal, que forma o ponto de inserção do ligamento vocal, e uma extensão póstero-lateral, o processo muscular. As aritnóides podem mover-se (deslizar) em todas as direcções dos pontos cardeais, rodar ligeiramente, mas com limitação do movimento, em relação à cricóide, que controla a posição das pregas vocais.” (ver Figura n.º2) [GUIMARÃES, 2007: 15]

¹¹ Imagem retirada de GUIMARÃES (2007: 14)

Figura n.º2 – Cartilagens aritnoideia e cricoideia¹²



A epiglote é uma cartilagem em forma de parra, ligada à cartilagem tiroideia, e projecta-se para cima em direcção à língua. O osso hióide situa-se acima da cartilagem tiroideia e abaixo da base da língua e é, primariamente, o suporte desta, mas também elemento integrante do esqueleto laríngeo, sendo o responsável pela ligação entre os músculos e ligamentos indispensáveis ao funcionamento laríngeo. [GUIMARÃES, 2007: 15]

O esqueleto laríngeo dá suporte aos tecidos moles circundantes (mucosa laríngea, membranas quadrangular e triangular) e à musculatura. “A mucosa recobre a musculatura e a estrutura membranosa interna da laringe. A membrana quadrangular é superior, par e inicia-se na prega ari-epiglótica, descendo até ao nível do ligamento vocal. A membrana triangular localiza-se inferiormente e é também conhecida como «conus» elástico. Esta membrana tem inserção inferior na cartilagem cricóide e superior na cartilagem tiróide ao nível do ligamento vestibular. As membranas estão separadas ao nível do ventrículo laríngeo. A mucosa de revestimento do trato respiratório superior consiste primariamente, em epitélio cilíndrico ciliado pseudo-estratificado¹³. No entanto, porque a laringe está sujeita a forças provocadas pela deglutição, fonação e tosse, é necessária uma mucosa mais forte (epitélio escamoso estratificado) em algumas áreas, isto é, no revestimento das pregas vocais, na

¹² Imagem retirada de GUIMARÃES (2007: 15)

¹³ Tecido epitelial de revestimento – envolve o corpo humano e estende-se pela sua superfície interna, desempenhando duas funções distintas: a de protecção e a de secreção. O epitélio de revestimento encontra-se na pele e nas cavidades naturais, como células justapostas uma ou duas camadas. Diz-se que o tecido epitelial é simples quando composto por uma só camada celular e que é estratificado quando composto por duas ou mais camadas celulares. [GUIMARÃES, 2007: 246]

face laríngea das pregas ari-epiglóticas, nas aritnóides e na face lingual da epiglote.” [GUIMARÃES, 2007: 16]

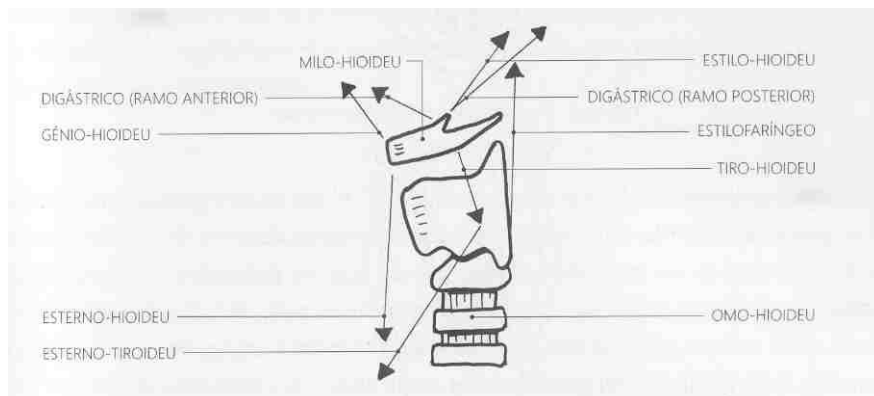
Os músculos da laringe podem ter uma ligação na laringe e outra numa estrutura não laríngea – designados por músculos extrínsecos – ou ambas, as origens e inserções, nas cartilagens laríngeas – designados por músculos intrínsecos. “A função dos músculos extrínsecos é «suportar» a laringe e modificar a sua relação espacial, enquanto a função dos músculos intrínsecos é a mobilidade das pregas vocais para a fonação, apoio à respiração contendo o ar abaixo da laringe (reflexo de encerramento glótico) ou prevenção da entrada de partículas estranhas nos pulmões (protecção das vias aéreas inferiores).” [GUIMARÃES, 2007: 17]

Sobre estes dois grupos de músculos, Guimarães (2007) afirma que “apesar de os músculos extrínsecos da laringe estarem relacionados com a deglutição, também participam na fonação. Modificando a posição da laringe no pescoço, elevando-a (músculos supra-hioideus) ou baixando-a (músculos infra-hioideus), podem alterar a tensão e o ângulo entre as cartilagens laríngeas, influenciando desta forma o suporte e equilíbrio da actividade.” [GUIMARÃES, 2007: 17]

Considerando estes dois grupos de músculos extrínsecos (referimo-nos aos depressores e elevadores), a autora inumera-os e descreve as suas funções: “os músculos supra-hioideus, incluindo o digástrico, estilo-hioideu, génio-hioideu, milo-hioideu e estilofaríngeos, são todos elevadores laríngeos, porque (...) sobem a laringe através das suas ligações ao osso hióide e, consequentemente, podem ser associados à modificação de qualidade vocal.” [GUIMARÃES, 2007: 18] Sobre os músculos infra-hióideus, a mesma autora acrescenta que este grupo “inclui os músculos omo-hioideu, esterno-tiroideu, tiro-hioideu e esterno-hioideu. (...) São capazes de produzir um ligeiro aumento da tensão nas pregas vocais porque, quando estão muito contraídos, tendem a puxar o complexo tiro-traqueal para a frente em relação à cartilagem cricoideia.” [GUIMARÃES, 2007: 18]

Guimarães finaliza a sua exposição sobre este grupo muscular afirmando que “o grupo dos depressores laríngeos puxa a laringe para baixo durante a fase da inspiração, enquanto que os elevadores deslocam-na para cima durante os ciclos expiratórios.” [GUIMARÃES, 2007: 18]

Figura n.º3 – Músculos extrínsecos da laringe¹⁴



“A actividade dos músculos intrínsecos, na fonação, pode ser analisada de acordo com os efeitos que provoca na glote – adução (encerramento) e a abdução (abertura) das pregas vocais (crico-aritnoideus posterior e lateral, artenoideu transverso e oblíquo) e a tensão e compressão das pregas vocais (tiro-aritenoideus e cricotiroideus).” [GUIMARÃES, 2007: 18] “Os músculos crico-aritnoideus posteriores vão da face posterior da cartilagem cricóide ao processo muscular das aritenoides. São antagonistas directos dos crico-aritenoideus laterais.” (ver Figura nº4) [GUIMARÃES, 2007: 18]

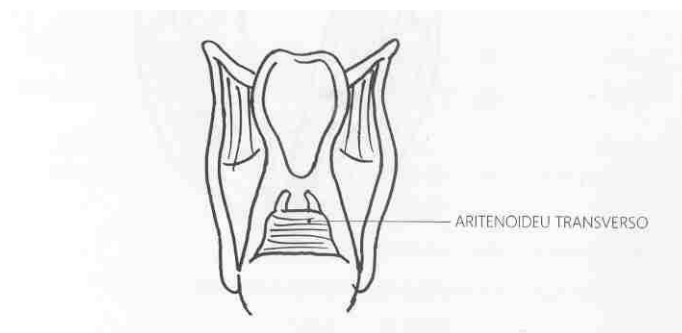
Figura n.º4 – Músculos crico-aritenoideus¹⁵



¹⁴ Imagem retirada de GUIMARÃES (2007: 17).

¹⁵ Imagem retirada de GUIMARÃES (2007: 18)

Figura n.º5 – Músculo aritenóideu transverso¹⁶

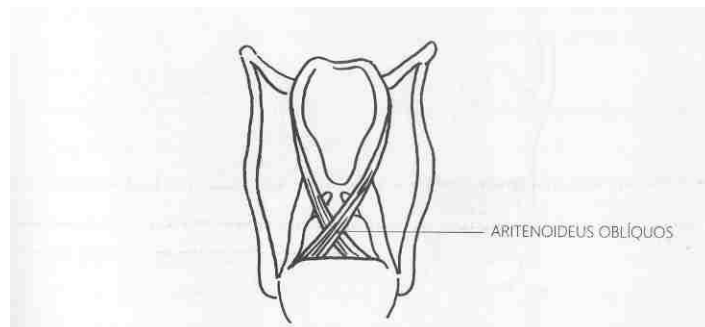


“Em condições normais, de respiração e de fala, os músculos crico-aritenóideus posteriores são os únicos músculos laríngeos responsáveis pela abdução das pregas vocais e, portanto, mais activos, quer na fase inspiratória da respiração, quer na produção de sons não vozeados.” [GUIMARÃES, 2007: 18] Já os “músculos crico-aritenóideus laterais, aritenóideu transverso e oblíquos funcionam como adutores das pregas vocais.” [GUIMARÃES, 2007: 19] A acção dos músculos crico-aritenóideus passa por “aduzir e baixar as pregas vocais complementando a função do músculo aritenóideu transverso (...) a adução concomitante dos corpos aritnóides, dada pelo aritenóideu transverso, é necessária para o encerramento completo da glote. Conjuntamente com a sua acção, como principal adutor das pregas vocais, o músculo crico-aritenóideu lateral pode também actuar como tensor assim que os corpos das aritenóides se deslocam para a linha média. A margem da prega vocal torna-se mais angular e «afiada».” [GUIMARÃES, 2007: 19]

Sobre o músculo aritenóideu transverso, Guimarães (2007) afirma que “as suas fibras vão desde o processo muscular e bordo lateral das aritenóides, de cada lado, cruzando na linha média. A contração aproxima os corpos das aritenóides, encerrando a parte posterior da glote quando os processos vocais das aritenóides já foram levados á linha média pelos músculos crico-aritenóideus laterais. (...) a sua função mais importante é a compressão mediana das pregas vocais.” (ver Figura nº 6) [GUIMARÃES, 2007: 19]

¹⁶ Imagem retirada de GUIMARÃES (2007: 19)

Figura n.º6 – Músculos aritenóideus oblíquos¹⁷

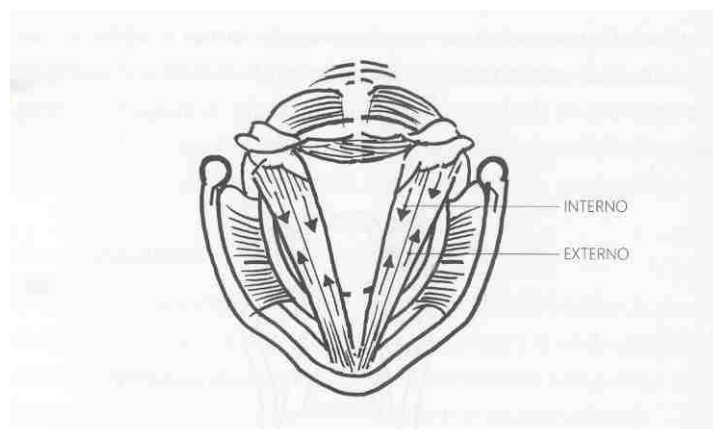


“Os músculos aritenóides oblíquos (...) vão desde o processo muscular de uma aritenóide ao ápex da outra aritenóide e para cima ao longo da prega ari-epiglótica, formando o músculo ari-epiglótico. Estes músculos actuam em consonância com os aritenóideus transversos que contribuem para a adução das pregas vocais. A acção combinada destes dois músculos tem um efeito esfíncteriano na entrada da laringe, fechando-a durante o acto de deglutição ou um acto de esforço.” [GUIMARÃES, 2007: 20]

“Os músculos tiro-aritenóideus são formados por uma parte superior (ventricular), uma porção interna (vocalis) e uma porção externa (muscular). Têm origem na face posterior da cartilagem tiróide e as suas fibras laterais inserem-se na margem lateral e processo muscular de cada aritenóide. A contracção destes músculos move as cartilagens aritenóideias para a frente e para baixo na direcção da cartilagem tiroideia resultando no encurtamento dos ligamentos vocais e relaxamento da membrana mucosa que os reveste. Determinam o grau de tensão e o volume do corpo principal das pregas vocais.” [GUIMARÃES, 2007: 20]

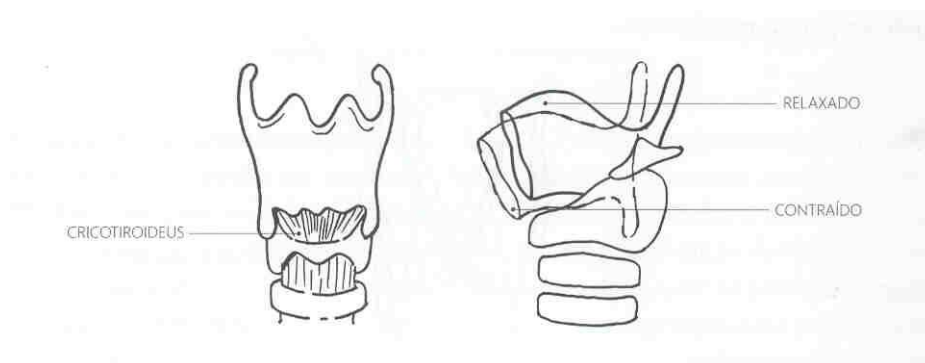
¹⁷ Imagem retirada de GUIMARÃES (2007: 19).

Figura n.º7 – Músculos tiro-aritenóideos¹⁸



“Os músculos crico-tiroideos vão desde a zona anterior lateral da cartilagem cricóide à zona lateral inferior da cartilagem tiróide. Quando contraídos, movem as pregas vocais para a posição paramediana. A sua actividade correlaciona-se com o controlo da sensação da altura tonal porque encurta a distância entre as cartilagens cricóide e tiróide, aumentando assim o comprimento e tensão das pregas vocais.” [GUIMARÃES, 2007: 21]

Figura n.º8 – Músculos crico-tiroideos¹⁹



¹⁸ Imagem retirada de GUIMARÃES (2007: 20)

¹⁹ Imagem retirada de GUIMARÃES (2007: 20)

2.1. A Fonação

“A voz humana é um instrumento de sopro.” [MANÉN, 1981: 20]²⁰ De facto, a voz humana é produzida pela vibração das pregas vocais²¹, que ocorre em consequência da passagem de ar na expiração. Após ordem do sistema nervoso central, em resposta à vontade de produzir som, dá-se a adução (junção) das pregas vocais que assim criam um obstáculo à passagem do ar, que ao passar por estas as faz vibrar e produzir o som da voz resultante da interacção de factores como a genética, anatomia e estado emocional do indivíduo. [AGUIAR, 2007]

Como afirma Oliveira (2000), “tanto falar como cantar requer um fluxo de ar expiratório capaz de activar a vibração das pregas vocais.” [OLIVEIRA, 2000: 16] Este fluxo de ar expiratório na fonação cria uma pressão subglótica, que afecta a intensidade e a frequência fundamental da fonte sonora. Assim sendo, quando em presença de maior pressão subglótica obtemos sons agudos; quando em presença de níveis de pressão subglótica mais baixos obtemos sons mais graves. [GUIMARÃES, 2007: 26] e [OLIVEIRA, 2000: 11] Guimarães acrescenta que “para além da pressão subglótica, os ajustamentos na laringe (a diferença vertical, a tensão longitudinal das pregas vocais, a onda da mucosa e as forças viscosas dos tecidos das pregas vocais) são outra fonte importante de controlo da voz. A resistência à pressão de ar advém da força longitudinal das pregas vocais, (...) da tensão e densidade do músculo «vocalis».” [GUIMARÃES, 2007: 27]

Sobre o processo de produção de voz humana, Manén (1981) referindo-se ao ataque vocal afirma que “vimos que a laringe se fecha no momento anterior à produção da nota. Na verdade, o momento inicial da produção da voz humana é produzido por súbita separação das pregas vocais na laringe.

²⁰ “The human voice is a wind instrument.” [MANÉN, 1981: 20]

²¹ As pregas vocais são duas pregas musculares e membranosas, que constituem o elemento vibratório da fonação. São revestidas por uma camada mucosa muito fina, que recobre toda a cavidade laríngea. Localizam-se entre o ângulo interno da cartilagem tiroideia, na sua parte anterior, e as apófises vocais das cartilagens aritenoideias, na parte posterior. Cada prega vocal liga-se apenas a uma das cartilagens aritenoideias. A complexidade de movimentos destas cartilagens permite afastar, aproximar, tensionar e elevar as pregas vocais. Quando estão unidas impedem ou obstroem a passagem do ar; quando não há fonação estão afastadas. [SACRAMENTO, 2009: 33]

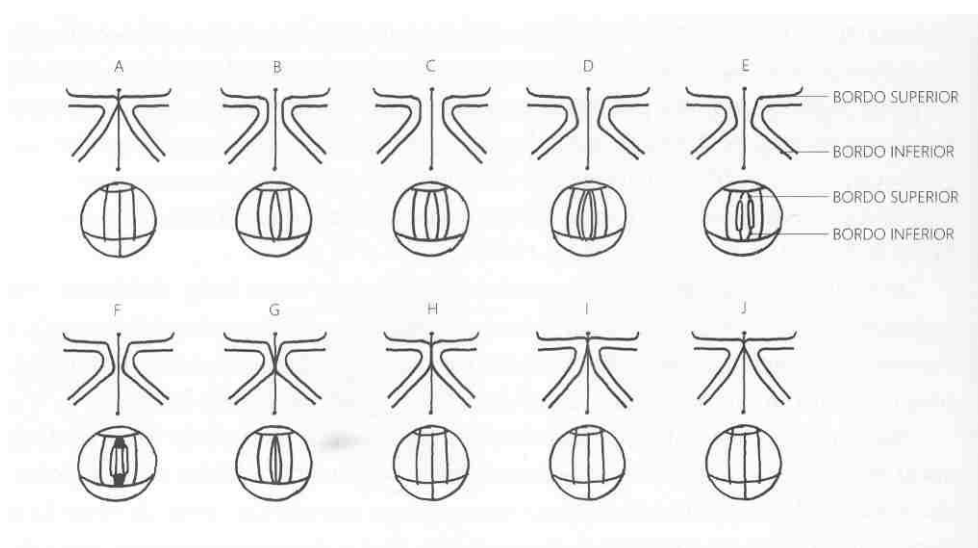
Quando as duas superfícies se encontram, elas unem-se, e vão resistir à separação até que a força que as tenta separar seja suficientemente forte para vencer essa resistência". [MANÉN, 1981: 22]²² Guimarães acrescenta (2007) que "o padrão de vibração da mucosa varia de acordo com o registo e sensação de altura tonal e ocorre como uma onda na mucosa. A onda vibratória começa na parte inferior da prega vocal e move-se para a zona superior. Assim que os bordos superiores da prega vocal se separam, os bordos inferiores começam a encerrar." [GUIMARÃES, 2007: 27] Sobre este mesmo movimento das pregas vocais, Sacramento (2009) descreve que "o contacto inicia-se em geral no lábios inferiores das arestas das pregas vocais. A área de contacto aumenta até que a pressão subglótica se torna suficientemente alta para afastar de novo as pregas vocais. Esta acção aerodinâmica é repetida e resulta na fonação." [SACRAMENTO, 2009: 37] À medida que esta pressão subglótica aumenta contra a glote fechada, as pregas bilaterais²³ são afastadas e a glote abre. "As pregas vocais continuam a mover-se lateralmente até a pressão subglótica descer para um nível específico. No máximo da abertura, a parte superior da aresta vocal (o lábio superior) continua a mover-se lateralmente (para fora) enquanto que a parte inferior da aresta (o lábio inferior) se move medialmente (para dentro, para o meio). Em determinada altura também o lábio superior se move medialmente. Inicialmente, o movimento medial das pregas vocais resulta da retracção mioelástica: como os músculos são elásticos, após a deformação provocada pelo seu afastamento da posição mediana tendem a regressar à mesma posição." [SACRAMENTO, 2009: 36] Sacramento (2009), menciona outro factor que influencia este movimento – o efeito de Bernoulli. "Este cientista

²² "we saw that the larynx closes in the rest preceding the note. In fact, the transient of the human voice is produced by sudden separation of the moist linings of the larynx. When two surfaces of moist mucous membrane meet they stick together; they will resist separation until the separating force is sufficiently strong to overcome this resistance." [MANÉN, 1981: 22]

²³ Estes lábios não são porções fixas da prega vocal e a sua localização varia com o tempo em cada ciclo vibratório. Este ciclo vibratório é dividido em duas fases principais: abertura e fecho. Durante a fase fechada a área de contacto das pregas vocais muda. A fase de abertura, que quase sempre ocupa a maior parte do ciclo, está ainda dividida nas fases de abertura e de processo de fecho. Em certas fases podem observar-se os lábios inferiores e superiores junto às arestas das pregas vocais (logo após a abertura máxima). Durante a abertura o lábio inferior está coberto pelo lábio superior, por isso não é visível de cima. Durante a fase de fecho, geralmente os dois lábios estão visíveis. Na fase fechada, não se distingue quaisquer dos lábios. [SACRAMENTO, 2009: 36]

descobriu que quando um gás se desloca dentro de um tubo e encontra um estreitamento, acelera o seu movimento e sofre uma queda de pressão nesse ponto. No caso das pregas vocais, à medida que se aproximam uma da outra, estreitando a glote, a pressão negativa causada pelo efeito de Bernoulli desenvolve-se na glote. Esta pressão negativa succiona as pregas vocais uma contra a outra.” [SACRAMENTO, 2009: 37]

Figura n.º9 – Padrão de vibração das pregas vocais²⁴



Sacramento (2009) refere que a tensão das pregas vocais afecta a frequência fundamental do som produzido. Assim sendo, uma frequência fundamental mais baixa é caracterizada por pregas vocais mais curtas, espessas e lassas; e uma frequência fundamental mais elevada é caracterizada por pregas vocais mais longas, finas e tensas. Nas duas situações, a pressão subglótica tem de ser adaptada às condições do momento. [SACRAMENTO, 2009: 42] Enquanto que o aumento ou diminuição da tensão das pregas vocais permite controlar o som relativamente à sua altura (volume, dinâmica), a frequência própria da voz humana é estabelecida pelo comprimento das pregas vocais. As mulheres têm as pregas vocais mais curtas do que os homens, produzindo um som mais agudo do que estes, cujas pregas

²⁴ Imagem retirada de GUIMARÃES (2007: 26)

vocais são mais longas²⁵. Consoante o posicionamento inicial das pregas vocais, consideram-se três tipos de início do som:

- o início suave (ou início expirado);
- o início duro (ou início glótico);
- o início equilibrado.

[SACRAMENTO, 2009: 84]

Reflectindo sobre cada um dos três tipos de início de som, Sacramento (2009) afirma:

“No início suave a passagem do fluxo de ar através da glote acontece antes do início da produção do som. É com ar já a passar entre si que as pregas vocais se aproximam da zona média para produzir o som. Nesta situação as pregas vocais são aduzidas (...) sem um fecho firme da glote. (...) O início expirado resolve os problemas de excesso de tensão nas pregas vocais antes e durante a fonação, na voz falada e na voz cantada, quando o início glótico é exagerado. Quando o início do som é pressionado a tensão permanece durante toda a frase. Nestes casos o excesso de ar e a pressão sub-glótica reduzida, usados temporariamente, corrigem a fonação tensa.”

[SACRAMENTO, 2009: 86]

Sobre o início duro ou glótico, a autora diz que:

“No início duro as pregas vocais estão aduzidas antes da fonação e quando esta se inicia existe um som audível, uma espécie de estalo. (...) No início glótico a actividade começa muito cedo nos músculos vocais e é mais intensa do que nos outros tipos de início do som. Devido ao facto de a glote fechar firmemente antes da fonação no início glótico, existe um grau maior de pressão abaixo das pregas vocais. Por isso o início glótico é mais cansativo sendo desaconselhado o seu uso repetido. (...) Se o cantor evidenciar excesso de ar e falta de energia no seu som vocal deve utilizar o início glótico para eliminar o

²⁵ “O comprimento das pregas vocais difere entre géneros: os homens têm pregas vocais com 15 a 20 milímetros enquanto que as mulheres têm pregas vocais mais curtas, entre 9 a 13 milímetros.” [SACRAMENTO, 2009: 43]

excesso de ar. No entanto não deve exagerar para evitar a hipercorreção e provocar outros problemas.”

[SACRAMENTO, 2009: 84]

Mas, segundo Sacramento, nem o início duro nem o início expirado devem ser usados como práticas de uso frequente pois ambos são “potencialmente perigosos por serem fisiologicamente menos eficientes.” [SACRAMENTO, 2009: 85]

Já o início equilibrado resulta do adequado equilíbrio dinâmico da musculatura envolvida e da adequada gestão do fluxo de ar. Este processo permite que a emissão vocal seja fisiologicamente eficiente e saudável.

“O início equilibrado resulta da correcta afinação pré-fonatória da musculatura laríngea, que acontece com grande rapidez antes do início e após cada respiração entre frases, coordenada com um controle fino da pressão subglótica. (...) Esta afinação pré-fonatória da musculatura laríngea (...) é a principal contribuição voluntária para o controle da laringe durante a fala e durante o canto.”

[SACRAMENTO, 2009: 86]

Também é relevante ponderarmos sobre a finalização do som. “Em geral, o tipo de início do som determinará uma finalização do mesmo género. (...) É importante não abandonar a postura muscular do canto até ter concluído totalmente o som para não existir um *colapso da ressonância*²⁶.” [SACRAMENTO, 2009: 88] A autora volta a considerar três tipos de finalização:

- Finalização suave (ou expirada);
- Finalização dura;
- Finalização equilibrada.

[SACRAMENTO, 2009: 88]

Sobre a finalização suave ou expirada, Sacramento afirma que:

²⁶ “Acontece quando o cantor começa a relaxar os articuladores [lábios, mandíbula, língua, palato, úvula, laringe, glote e paredes faríngeas] antes de finalizar a frase, quando relaxa o apoio e se dá uma quebra na pressão do fluxo do ar, ou uma combinação das duas situações.” [SACRAMENTO, 2009: 88]

“A glote é gradualmente aberta antes que a pressão subglótica termine. Consequentemente o som tornar-se-á soprado e poderá prejudicar, não apenas a última nota, mas todo o final da frase. (...) Uma das causas mais frequentes deste problema é a coordenação respiratória ser deficiente ao longo da frase, sendo visível o colapso do mecanismo respiratório através da alteração da postura do tronco. Isto fará com que o início seguinte seja muito provavelmente ineficaz.”

[SACRAMENTO, 2009: 88]

Sobre a finalização dura, a autora refere:

“A finalização dura, ou fecho glótico, provocará uma espécie de grunhido resultante da tentativa de soltar as pregas vocais demasiado tensas. Se não houver um reajuste muito rápido, o início seguinte será também duro, pois será difícil descontraír rapidamente uma estrutura tensa. Como recurso expressivo é útil e desejável em momentos de grande intensidade dramática, mas o seu uso excessivo é vocal e auditivamente cansativo.”

[SACRAMENTO, 2009: 89]

Sobre a finalização equilibrada, Sacramento diz:

“Na finalização equilibrada basta parar a saída do ar para finalizar o som pois nem a glote fecha bruscamente, nem tão pouco deixa o ar continuar a sair. (...) A capacidade de executar o início e a finalização do som equilibrados permite ao cantor atingir liberdade no canto sustentado e na agilidade.”

[SACRAMENTO, 2009: 89]

“O som produzido pelas pregas vocais, só por si, é um som pobre e pouco intenso. É a acção do ressoador constituído pelo trato vocal²⁷ que amplifica e enriquece o som da voz humana conferindo-lhe as suas características acústicas e específicas.” [SACRAMENTO, 2009: 43] Embora a laringe seja o órgão principal da voz, esta soaria extremamente fraca se não existisse uma influência acústica das estruturas ressoadoras supraglóticas do trato vocal. [GUIMARÃES, 2007: 29] “A ressonância é um fenómeno acústico no qual as vibrações da fonte (laríngea) podem ser transferidas às «cavidades»

²⁷ Cavidade laríngea, faríngea, bucal e nasal.

através da excitação do ar circundante ou ainda através das ligações entre as estruturas. (...) Nas vozes normais, o som base (fonação) é transformado no trato vocal e o resultado depende: (a) da forma e volume da cavidade bucal, principalmente resultantes da postura adoptada pela língua; (b) da funcionalidade do mecanismo velofaríngeo (contribuindo para a distinção oral/nasal); (c) do tónus muscular das paredes das cavidades supraglóticas (fundamentalmente da cavidade faríngea). O trato vocal tem quatro ou cinco ressoadores importantes designados por formantes. (...) A frequência dos formantes é determinada pela forma do trato vocal e pode variar, de um direcção para outra, consoante a posição da mandíbula (1º formante), a postura da língua (2º formante) e a postura da ponta da língua (3º formante). (...) A ressonância depende ainda: (a) da velocidade de fala; (b) da melodia do discurso; (c) dos fenómenos da coarticulação; (d) das variantes regionais, e (e) dos mecanismos compensatórios.” [GUIMARÃES, 2007: 35]²⁸

Segundo Guimarães (2007), definem-se, classicamente, três tipos de voz falada: neutro, basal e falseto. Sendo que “o modo neutro de fonação abarca a extensão de frequências usadas habitualmente na fala, (...) pode ser definida como o tom modal ou médio ouvido no discurso, o nível durante o qual ocorrem as inflexões normais. (...) A voz basal é o som mais grave que pode ser usado numa frase. (...) A voz de falsete ou terceiro registo, que corresponde à faixa de sons mais agudos da extensão vocal (...) as pregas vocais são mais longas, finas e tensas (longitudinal, de adução e de compressão), mas também têm uma amplitude de vibração menor, similar a fases rápidas de encerramento e abertura e por vezes com encerramento incompleto.” [GUIMARÃES, 2007: 51] Mas a autora continua, afirmando que “para além dos três registos (...), surge ainda a referência (...) a um registo do falsete, conhecido como registo de assobio (...) produto da turbulência na margem livre da prega vocal”, e mencionando também “a voz sussurrada” caracterizando-a fisiologicamente como “uma abertura (fenda) triangular na zona cartilaginosa.” [GUIMARÃES, 2007: 51]²⁹

²⁸ Esta afirmação é partilhada por Sacramento (2009) que acrescenta que “o formante do cantor é o resultado do abaixamento da laringe acompanhado por um alargamento do trato vocal, o que se traduz no aumento da cavidade de ressonância.” [SACRAMENTO, 2009: 48]

²⁹ “Esta configuração sugere tensão de adução fraca e compressão mesial moderada a alta.” [GUIMARÃES, 2007: 51]

Sacramento (2009) afirma que “a voz pode ser treinada através de exercícios específicos que desenvolvem as capacidades do cantor conduzindo a um funcionamento vocal mais eficiente.” [SACRAMENTO, 2009: 83] Para tal considera quatro sistemas essenciais à produção da voz falada ou cantada e que são interdependentes entre si:

- um sistema produtor de energia, o aparelho respiratório alojado na cabeça e no tronco;
- um sistema vibratório, a laringe;
- um sistema ressoador, o trato vocal (composto por uma série de cavidades de configuração variável);
- um sistema articulatorio (os lábios, os dentes, a língua e a articulação temporo-mandibular).

[SACRAMENTO, 2009: 83]

O sistema produtor de energia – o aparelho respiratório – é aquele em que centramos todo o trabalho desenvolvido no PE, pelo que passaremos agora à sua exposição.

3. O Aparelho Respiratório

Para a caracterização do aparelho respiratório, seus elementos constituintes e funções, tomamos essencialmente por referência o(s) trabalho(s) de Sacramento (2009) e Guimarães (2007); por se tratar de referências actuais onde se encontra uma síntese do que é essencial para a compreensão da actividade respiratória, sempre com o propósito do Canto³⁰. Por se tratar de uma investigação relacionada com o tema do presente estudo, como exposto abaixo, foi também considerada a investigação realizada por Souza (2008).

“O sistema respiratório é constituído por diversos órgãos do trato respiratório (cavidade nasal, oral, faringe e laringe) e estruturas musculoesqueléticas que têm uma papel importante no processo da respiração.” [GUIMARÃES, 2007: 5] “Os músculos do sistema respiratório têm controlo involuntário e voluntário. A respiração vegetativa, ou vital, é sujeita a controlo neurológico involuntário, enquanto a respiração para fala resulta simultaneamente do controlo involuntário e voluntário.” [GUIMARÃES, 2007: 11]

O trato respiratório pode ser dividido em superior³¹ e inferior³². [GUIMARÃES, 2009] “A cavidade nasal situa-se superiormente à cavidade oral, da qual está separada pelo palato (duro e mole). Os movimentos coordenados do palato mole e dos músculos faríngeos podem fazer o encerramento completo desta cavidade e separá-la do resto do tracto vocal ou não. As fossas nasais, uma de cada lado, constituem o segmento inicial do aparelho respiratório comunicando com o exterior através das narinas e com a nasofaringe através das «choanas»³³. O septo nasal, osteocartilagíneo, separa as fossas nasais que são constituídas por quatro paredes (inferior, superior, interna e externa) forradas por uma mucosa muito espessa altamente

³⁰ Outras obras, mais utilizadas no contexto do trabalho dos técnicos de saúde, também consultadas e que apresentam aproximadamente o mesmo conteúdo e descrições foram: ROUVIÈRE, H. (1970): *Anatomie Humaine – descriptive et topographique*. Paris: Masson et C^a., Editeurs (Tomo I, p. 81-117, 478-510; Tomo II, p. 28-92, 251-278); NETTER, Frank Henry (1999): *Atlas of Human Anatomy – Head and Neck*. New Jersey: Library of Congress Cataloging.

³¹ Com duas entradas paralelas: nariz e boca.

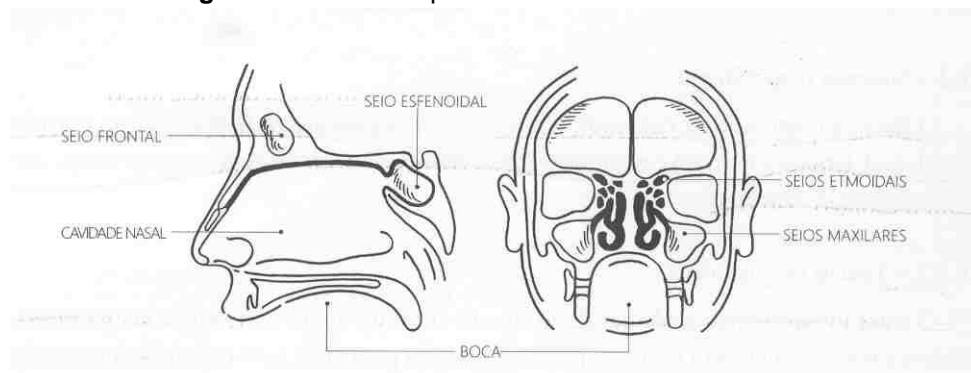
³² Traqueia, brônquios, pulmão, brônquiolos e alvéolos pulmonares.

³³ Abertura, semelhante a um funil, que faz a comunicação entre as narinas e a nasofaringe. [GUIMARÃES, 2007: 242]

vasculizada. A cavidade nasal comunica, também, através dos óstios³⁴, com os seios perinasais³⁵, cavidades cheias de ar que recebem denominações de acordo com os ossos nos quais se desenvolvem e crescem. Os seios podem ser divididos em anteriores (seios maxilares, frontais e etmoidais anteriores) e posteriores (seios etmoidais posteriores e esfenoidal).” [GUIMARÃES, 2007: 6]

“A função primária das fossas nasais é a preparação do ar inspirado para o tracto respiratório inferior. É, fundamentalmente, a mucosa nasal que regula a resistência do ar e permite a humificação, a regulação da temperatura, a limpeza e a filtragem do ar inspirado.” [GUIMARÃES, 2007: 6]

Figura n.º10 – Seios perinasais³⁶



A primeira função das vias respiratórias, presentes no trato respiratório superior, é o transporte do ar. Esta função de transporte do ar inicia-se nas fossas nasais e é continuada na faringe. Depois continua pela laringe, onde se encontram as pregas vocais, relacionadas com a produção sonora humana. A faringe comunica com a laringe pela glote, tapada pela epiglote que, fechando e abrindo, regula a passagem de alimentos ou ar, respectivamente. A via respiratória seguinte é a traqueia. Esta possui anéis cartilagíneos que a impedem de fechar e continua por dois canais semelhantes – os bronquios, que ao penetrarem nos pulmões se subdividem em canais de menor calibre –

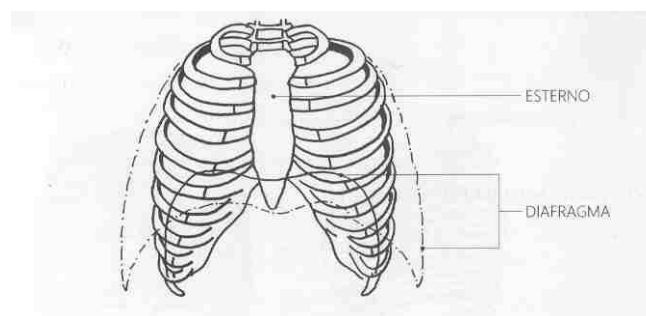
³⁴ Orifício, abertura. [GUIMARÃES, 2007: 244]

³⁵ Conjunto de cavidades pneumatizadas, localizadas em vários ossos: frontal, maxilares superiores, etmóide e esfenóide. A sua saúde depende da ventilação e drenagem. A ventilação normal requer que os óstia e meatos, através dos quais comunicam as fossas nasais, estejam permeáveis. A drenagem do muco depende da quantidade e composição deste, da eficácia do batimento ciliar, da integridade da mucosa e das condições dos complexos osteo-meatais. [GUIMARÃES, 2007: 245]

³⁶ Imagem retirada de GUIMARÃES (2007: 6)

os bronquíolos. Este trato respiratório inferior, traqueia, brônquios e pulmões, também conhecido por árvore brônquiotraqueal, tem como função o suporte respiratório para a sobrevivência e para a produção da voz. [GUIMARÃES, 2007: 7] “A caixa torácica (estrutura esquelética) é composta por 12 pares de costelas que são suportadas posteriormente pela coluna vertebral (33 vértebras) e anteriormente pelo esterno. “Esta estrutura (...) tem na sua base um músculo em forma de cúpula, o diafragma, sobre o qual assentam os pulmões, que serve de tecto à cavidade abdominal. Os pulmões são massa elásticas sem músculo, assentes no diafragma e contidos na caixa torácica. Acompanham o movimento de contração e expansão da cavidade torácica formando uma unidade singular pelo facto de existir uma membrana conectiva, entre eles e o toráx, designada por pleura.” [GUIMARÃES, 2007: 7]

Figura n.º11 – Caixa torácica e diafragma³⁷



“Com a excepção do diafragma, todos os músculos da respiração têm fixação externa à cavidade torácica. Quando contraídos, esses músculos elevam a caixa torácica e aumentam o seu volume ou baixam as costelas e diminuem as suas dimensões. Funcionalmente, podem ser divididos em músculos da inspiração (diafragma, intercostais externos, esternocleidomastoideu, escalenos, peitoral maior e peitoral menor) e da expiração (músculos abdominais e intercostais internos).”

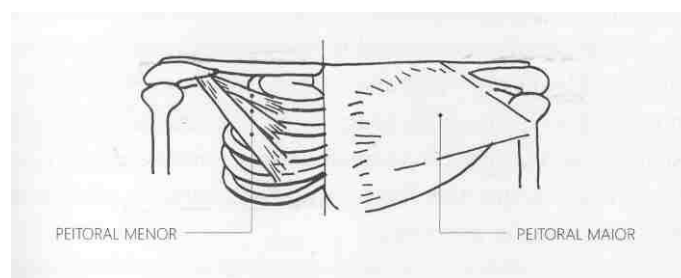
[GUIMARÃES, 2007: 8]

A regularidade e amplitude dos movimentos respiratórios está relacionada com as necessidades de oxigénio das células e também com a necessidade destas em libertar dióxido de carbono. A inspiração e a expiração

³⁷ Imagem retirada de [GUIMARÃES, 2007: 7]

ocorrem em consequência de um conjunto de alterações que se dão na caixa torácica. “O diafragma, fibras musculares e tecido tendinoso, na zona central, é o principal músculo da inspiração. Quando a inervação é suficiente para causar a contração do diafragma, as fibras musculares encurtam, puxando-o para baixo no tendão central, na direcção dos seus vértices, que estão ligados às costelas inferiores. Considerando que o diafragma forma «o pavimento» da cavidade torácica, ao ser deprimido, provoca o aumento da dimensão vertical da cavidade torácica e, consequentemente, dos pulmões nela contidos. Simultaneamente, os intercostais externos (situados entre cada costela) recebem informação nervosa (através dos nervos torácicos) que os fazem contrair, elevando a caixa torácica através da subida das costelas. O resultado é uma expansão das dimensões, transversal e anteroposterior, da cavidade torácica.” [GUIMARÃES, 2007: 9] “Sempre que existe uma maior necessidade de volume de ar, a acção dos músculos da inspiração (diafragma e intercostais externos) pode ser coadjuvada pela acção combinada dos músculos acessórios, neste caso, esternocleidomastoideu, escalenos, peitorais maior e menor. (...) Os peitorais, maior e menor, são dois músculos acessórios da inspiração capazes de puxar as costelas superiores para cima e para fora quando o braço e o ombro estão fixos. São activos apenas na fase final da inspiração máxima.” [GUIMARÃES, 2007: 9]

Figura n.º12 – Músculos peitorais maior e menor³⁸

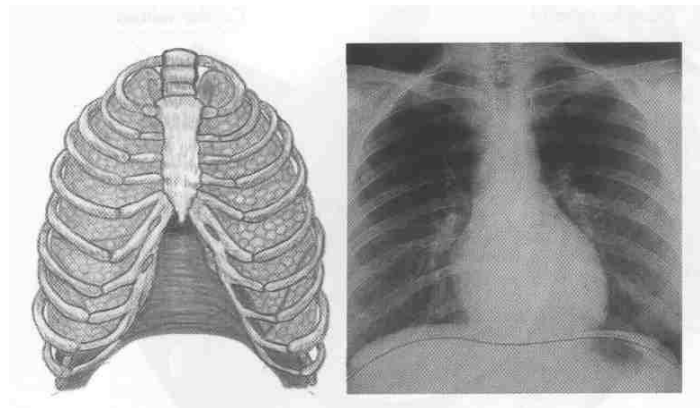


“O esternocleidomastoideu tem fixação superior ao processo mastoideu do crânio e ligação inferior ao esterno e à clavícula. É activo durante a inspiração profunda, elevando a caixa torácica através da sua ligação ao esterno e à clavícula quando a posição da cabeça está fixa. Como função

³⁸ Imagem retirada de GUIMARÃES (2007: 9)

secundária, este músculo auxilia no movimento lateral da cabeça. Os escalenos são três músculos pares com fixação aos processos transversos das vértebras cervicais e às primeiras e segunda costelas. Durante a inspiração forçada (com a cabeça fixa), a contração destes músculos ajuda na elevação da caixa torácica (através das duas primeiras costelas). Facilitam a flexão da coluna cervical quando estão todos activos. Quando estão contraídos apenas, unilateralmente, proporcionam a flexão da coluna cervical para o lado contraído.” [GUIMARÃES, 2007: 9] Na Figura nº13, podemos ver o diafragma na sua posição baixa, assim como a caixa torácica em posição alargada, imagem de inspiração.

Figura n.º13 - Imagem do abaixamento diafragmático e aumento de volume pulmonar³⁹

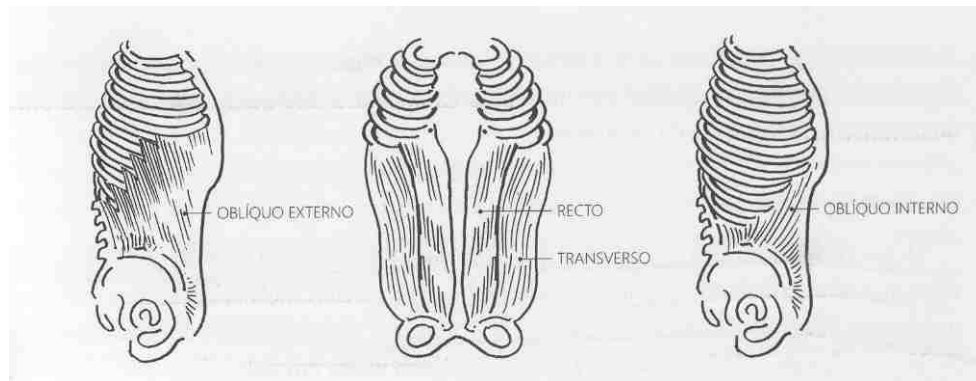


“Os músculos da expiração (abdominais e intercostais internos) actuam em consonância com as forças passivas de rotação, elasticidade dos tecidos e da gravidade. No fim de um ciclo inspiratório normal, não forçado, os músculos da inspiração relaxam gradualmente. As forças passivas provocam a diminuição da dimensão da caixa torácica através da gravidade (impulsionando a caixa torácica para baixo), da elasticidade dos tecidos (empurrando a caixa torácica para baixo e para dentro e fazendo com que o diafragma se mova para cima e para a posição de repouso) e da rotação das costelas flutuantes, fazendo com que elas desçam.” [GUIMARÃES, 2007: 10] “Quando as exigências respiratórias aumentam, durante a fala ou durante a respiração forçada, podem ser necessários os músculos da expiração para coadjuvarem as forças passivas da expiração. Alguns músculos abdominais, recto e transverso abdominal, participam na expiração através da compressão das

³⁹ Imagem retirada de FREITAS (1996: 60)

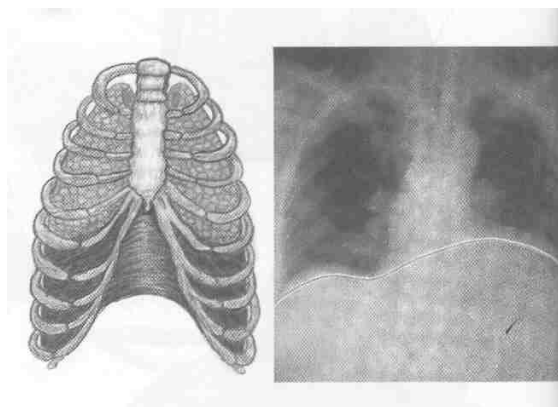
vísceras abdominais, o que força a elevação do diafragma, diminuindo o tamanho da cavidade torácica. Outros, como os oblíquos externo e interno, que têm fixações na caixa torácica, diminuem a dimensão torácica ao baixarem as costelas inferiores.” [GUIMARÃES, 2007: 10]

Figura n.º14 – Músculos abdominais⁴⁰



Na figura n.º15, podemos ver o diafragma em posição elevada e a caixa torácica com menor volume do que na inspiração.

Figura n.º15 - Imagem de elevação diafragmática e diminuição de volume pulmonar⁴¹



O ritmo respiratório normal é de doze ventilações pulmonares por minuto, em actividade normal. Em exercício físico intenso o número de ventilações por minuto sobe para vinte e cinco ventilações pulmonares, como tentativa do organismo de levar mais oxigénio às células, permitindo-lhes que libertem mais dióxido de carbono.

⁴⁰ Imagem retirada de GUIMARÃES (2007: 11)

⁴¹ Imagem retirada de FREITAS (1996: 60)

3.1. A Respiração

Manén (1981) reflecte sobre a necessidade de controlo respiratório para todo o exercício fonatório, afirmando:

"Este «ataque» da nota exige um específico controle da respiração, (...) tal controle da respiração envolve um uso particular da laringe inteira. Uma vez que a nota tenha sido iniciado por um clique, o tom-produção consiste em mudanças contínuas de pressão regulada pelo mecanismo valvular da laringe. As mudanças de pressão dentro da laringe são sentidas pelo cantor como uma compressão e um relaxamento (...). O mecanismo valvular fornece ao cantor a quantidade certa de ar, providenciado pelos pulmões, para uma determinada qualidade vocal. Este mecanismo valvular é dependente de uma pressão firme e constante dentro do reservatório de ar."

[MANÉN, 1981: 23]⁴²

Sacramento refere que “na respiração corrente a inspiração é ligeiramente mais curta do que a expiração, mas no canto estas proporções são muito alteradas: a inspiração é muito mais curta e a duração da expiração é prolongada através do aumento da actividade dos músculos torácicos e abdominais. Esta alteração de proporções exige a utilização de uma coordenação das fases do ciclo respiratório diferente da coordenação que é utilizada na fala.” [SACRAMENTO, 2009: 91] Mota, Santos, Barbosa e Neto (2010) afirmam que “a fala e o canto utilizam o mesmo aparelho de respiração, a mesma laringe, os mesmos ressonadores e os mesmos articuladores.” [MOTA, 2010: 28] Mas, “no canto, as habilidades fonoarticulatórias são exigidas numa esfera muito maior que na fala. A capacidade respiratória tem de ser aumentada e o controle da expiração e pressão finamente oposto á tensão da prega vocal, para que possa obter um maior volume vocal e frases

⁴² “This «touch» [the start of the first note] of the note demands a specific breath-control, which is even more important for the production of the main feature of Bel Canto singing, the *Messa di Voce* and its variation the *Vibrazione*. Such breath-control involves a particular use of the entire larynx. Once the note has been started by the click, the tone-production consists of continuous changes of pressure regulated by the valvular mechanism of the larynx. The changes of pressure within the larynx are felt by the singer as a squeezing and relaxing (...). The valvular mechanism provides the singer with just the right amount of air, supplied from the lungs, for a particular vocal quality. This valvular mechanism is dependent on a steady and constant pressure within the air-reservoir.” [MANÉN, 1981: 23]

mais longas, bem como variação mais ampla de tom.” [MOTA, 2010: 28] Oliveira (2000) reforça esta afirmação dizendo que “durante a fonação necessitamos de uma expiração muito mais lenta para a «construção das frases», e tanto mais lenta e controlada quanto maior for a emissão.” [OLIVEIRA, 2000: 12] A mesma autora, reflectindo sobre o tipo de respiração mencionado na literatura diz ter encontrado “referências a quatro tipos básicos: (1)clavicular ou superior; (2)média, mista ou torácica; (3)inferior ou abdominal; (4)completa, diafragmático-abdominal ou costo-diafragmático-abdominal. (...) A respiração clavicular ou superior caracteriza-se pela expansão somente da parte superior da caixa torácica, o que ocasiona uma elevação visual dos ombros, podendo ou não ser acompanhada da anteriorização do pescoço. (...) Participa como auxiliar da inspiração apenas quando se quer fazer uma emissão em forte intensidade. (...) A produção vocal é alterada pelo aporte insuficiente de ar e o som resultante tende a ser agudo, pela elevação e tensão da laringe.” [OLIVEIRA, 2000: 13] Guimarães (2007) afirma que “distinguem-se três tipos de padrões respiratórios associados à voz falada: torácico superior (ou clavicular ou costal superior), torácico e diafragmático-torácico. O padrão torácico superior resulta, essencialmente, do uso dos músculos acessórios do pescoço e fornece um suporte respiratório fraco para a fala. (...) O padrão torácico é fruto da acção dos músculos torácicos, fornecendo um suporte adequado para a fala. (...) O padrão diafragmático-torácico usa os músculos do torax inferior e do abdómen, fornecendo um suporte respiratório ideal para voz directiva, ou seja, de projecção vocal. Ocorrem poucos ou nenhuns movimentos no peito. É, habitualmente, um padrão respiratório que não ocorre naturalmente mas apenas após o seu treino.” [GUIMARÃES, 2007: 12] ESCUDERO (2002), refere também três tipos de respiração: (i)diafragmática ou abdominal [ver Figura nº16], (ii) Costal-superior [ver Figura nº17] e (iii)costo-diafragmático-abdominal [ver Figura nº18].

Figura n.º16 – Respiração diafragmática⁴³

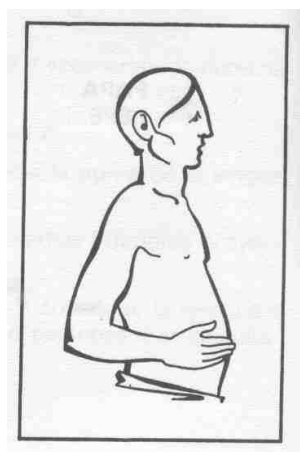


Figura n.º17 – Respiração costal superior⁴⁴

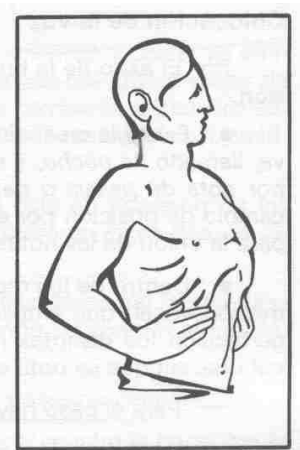
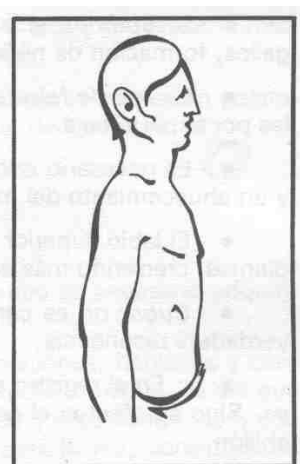


Figura n.º18 – Respiração costo-diafragmático-abdominal⁴⁵



⁴³ Imagem retirada de ESCUDERO (2002: 20)

⁴⁴ Imagem retirada de ESCUDERO (2002: 21)

⁴⁵ Imagem retirada de ESCUDERO (2002: 21)

Sobre os processos da respiração propriamente ditos (inspiração e expiração), Oliveira (2000) descreve a inspiração como “a fase eminentemente ativa do ciclo respiratório: o diafragma, nesse processo, passa de sua posição natural em cúpula a uma rectificação; concomitantemente, com auxílio da ação dos músculos intercostais internos, aumenta o volume da caixa torácica”, [OLIVEIRA, 2000: 12] acrescentando que, durante todo o processo de fonação, “a inspiração deve ser de modo buco-nasal alternado, rápida, silenciosa e efetiva”. [OLIVEIRA, 2000: 12] Sobre a expiração no processo fonatório, Guimarães (2007) diz que “a expiração fonatória deixa de ser automática para se tornar voluntária. Souza (2008) refere “a chamada respiração costoabdominal⁴⁶, na qual o músculo diafragma desce e a caixa torácica se expande durante a inspiração”, como a que permite “melhores possibilidades de escolha (...) entre os apoios respiratórios.” [SOUZA, 2008: 20] Manén (1981) detém-se mais sobre este tema no acto específico do Canto afirmando que: “respira de forma abrupta, como se exclamasse: «ah», num momento de surpresa. O peito levanta e o abdômen expande. Com esta inspiração abrupta da respiração, de repente fica imóvel. (...) O cantor deve agora considerar a expiração, realizada nesta fase da respiração durante o acto do canto. Durante o canto o peito é mantido numa posição elevada, suspenso pelos músculos que o ligam ao pescoço e ao crânio. Não é permitido expirar como na respiração normal.” [MANÉN, 1981: 19]⁴⁷ Sacramento (2009) descreve o processo respiratório no acto do Canto da seguinte forma:

“O controle reflexo da respiração funciona da seguinte maneira: quando o pulmão está expandido pela inspiração é despoletado um efeito inibidor na inspiração que promove a expiração, e este esforço é tanto maior quanto maior for a expansão. Portanto, encher os pulmões de ar induzirá um maior rácio de expiração, o que implica que

⁴⁶ Também referida pela autora, por outros autores, como costo-diafragmático-abdominal ou respiração completa.

⁴⁷ “(...) she breathes in abruptly, as if she were going to exclaim «ah» when taken by surprise. The chest is lifted and the abdomen flattens. With this abrupt inspiration the breath suddenly «stands still». (...) the singer must now consider breathing out, as singing is performed on this phase of respiration. During singing the chest is kept in its lifted position, suspended by muscles which attach it to the neck and the skull. It is not allowed to drop as in normal expiration.” [MANÉN, 1981: 19]

quem faz uma respiração suficiente e apenas substitui o ar que foi usado, terá um fluxo de ar mais longo do que aquele que enche os pulmões com ar até ao limite. Mesmo no caso de uma frase longa, os reflexos expiratórios estarão melhor controlados se o cantor evitar uma expansão exagerada. A prática da respiração parcial, não enchendo os pulmões de ar até ao limite máximo, é tão essencial para a técnica de canto lírico como a capacidade de fazer uma inspiração completa.”

[SACRAMENTO, 2009: 92]

A autora acrescenta também que “o canto lírico não exige uma estratégia uniforme de respiração (...), mas sim uma adaptação a cada situação específica.” [SACRAMENTO, 2009: 92] Referindo ainda, sobre o controlo respiratório, que a gestão do controlo do “ritmo do ciclo respiratório, é muito mais eficiente que a tensão muscular e pode ser aprendido com exercícios apropriados. Para o canto são necessárias uma boa condição física e uma coordenação eficaz, mas a boa capacidade e a eficiente gestão respiratórias são mais determinadas pela habilidade”. [SACRAMENTO, 2009: 95]

Na sua dissertação, intitulada *Estudo da Fonação e da respiração, com apoio abdominal expandido e contraído, em Cantores Líricos*, Souza realizou um estudo sobre “o ajuste do trato vocal e do diafragma de cantores líricos nos dois tipos de apoio respiratório.” [SOUZA, 2008: 13]. Participaram no estudo quatro cantores líricos do sexo masculino (com faixa etária entre 30 e 44 anos) e quatro cantoras do sexo feminino (com faixa etária entre 21 e 38 anos), todos apresentavam conhecimentos sobre os dois tipos de apoio: abdominal expandido e abdominal contraído. Os cantores foram submetidos ao estudo dinâmico da fonação por imagem, por meio de videofluoroscopia (EDFI-V) e à nasofaringolaringofibroscopia. O exame foi realizado com os cantores em posição ortostática, em perfil, sendo focadas as regiões oral, faríngea, cervical e abdominal. A análise qualitativa realizada considerou (i) a posição e estabilidade da laringe; (ii) a área da faringe; (iii) a posição do véu palatino; (iv) a movimentação da língua; (v) a movimentação da mandíbula; (vi) a movimentação e posição do diafragma. Em conclusão do seu estudo, Souza afirma que “com o apoio respiratório o cantor comanda uma inspiração bem doseada e controla o fluxo expiratório de acordo com as exigências da frase musical.” [SOUZA, 2008: 15] Acrescentando que os “cantores com bom suporte

respiratório emitem a voz com ressonância, clareza e foco.” [SOUZA, 2008: 18] Quanto a este apoio vocal, a autora refere “controvérsias quanto à melhor forma de realizar este suporte.” [SOUZA, 2008: 19] Estas controvérsias existem porque “algumas escolas ensinam que deve haver a distensão do abdômen, enquanto outras advogam a entrada da musculatura para baixo da caixa torácica.” [SOUZA, 2008: 19] Quer com esta afirmação a autora referir-se ao apoio abdominal expandido. No apoio abdominal expandido, “além da expansão abdominal na inspiração e da sua sustentação durante a expiração, os cantores buscam uma força muscular contrária ao movimento natural, tensionando a musculatura abdominal para fora até ao final da emissão.” [SOUZA, 2008: 67] No apoio abdominal contraído, “ocorre expansão abdominal na inspiração e, na expiração, os cantores realizam, durante a fonação, contrações abdominais mais intensas (...) utilizando essas contrações principalmente quando a música pede forte intensidade, notas acentuadas, salto de intervalos em notas mais agudas e stacatto.” [SOUZA, 2008: 67] Da aplicação dos dois movimentos em cantores líricos, os resultados “apresentaram maior movimentação do músculo diafragma no apoio abdominal contraído” havendo “uma maior estabilidade da cúpula diafragmática no apoio abdominal expandido.” [SOUZA, 2008: 59]

Do seu *Estudo da Fonação e da Respiração, com apoio abdominal expandido e contraído, em Cantores Líricos*, Souza [SOUZA, 2008: 70] conclui que no apoio abdominal expandido a laringe mantém a sua posição abaixo da posição de repouso, a faringe apresenta uma área mais ampla do que o apoio contraído, há maior estabilidade da cúpula diafragmática, há um aumento do volume sonoro e a sensação de “espaço” durante o canto conferindo uma “maior liberdade para o canto.” [SOUZA, 2008: 67] Com o “aumento de volume (loudness) no apoio abdominal expandido explicamos (...) que a intensidade da voz é regulada principalmente por três fatores: potência glótica, eficiência glótica e função de transferência do trato vocal.” [SOUZA, 2008: 65] Concluindo sobre o apoio abdominal contraído, Souza (2008) refere que a laringe se encontrou próxima da posição de repouso, a faringe apresentou menor área, as pregas vocais demonstraram “adução glótica completa e, eventualmente hiperaduzida”, houve grande movimentação da cúpula diafragmática e um médio e grande encurvamento da cúpula diafragmática nos finais de frases da emissão

cantada e nas frequências agudas. [SOUZA, 2008: 70] “O aspecto negativo referido por alguns cantores que utilizam apoio abdominal contraído é a sensação de não conseguir atingir os finais de frases longas com afinação e com a mesma cor de voz, além da sensação de tensão na região laríngea.” [SOUZA, 2008: 68] “Podemos explicar o fato da hiper-adução (...) no apoio abdominal contraído através de PINHO (1998)⁴⁸, que enfatizou dar-se o aumento do fluxo aéreo pela contração da musculatura da cinta abdominal.” [SOUZA, 2008: 65] Ainda sobre a aplicação destes dois apoios vocais a autora acrescenta que “todos os cantores apresentam adução glótica completa das pregas vocais, sem nenhuma alteração organofuncional.” [SOUZA, 2008: 64]

Ainda sobre a importância para a actividade fonatória, nomeadamente para o canto, do domínio dos movimentos musculares envolvidos na respiração, Sacramento (2009) expõe que “a agilidade tem de estar sempre presente no canto mesmo quando é lento e sustentado. Principamente quando a tessitura é aguda e a dinâmica é intensa existe o risco de fixar um nível de energia porque nesses momentos a total energia física do cantor é solicitada para a performance e tais passagens comportam o risco de introduzir tensão e fadiga vocal. O único meio de produzir um poderoso e expressivo arrebatamento vocal e ainda permanecer livre é através da agilidade. Nestas situações cada cantor terá as suas sensações individuais e subjectivas mas existem traços comuns: a respiração fácil, o antagonismo muscular abdominal (*appoggio*) é sentido firme mas dútil e a intensidade e a energia não são fixas.” [SACRAMENTO, 2009: 97]

⁴⁸ PINHO, S.M.R. *Fundamentos em fonoaudiologia: tratando os distúrbios da voz*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1998.

I. DIMENSÃO EMPÍRICA

Esta segunda parte do DAPE, o primeiro ponto – *Caracterização do estudo* – é dedicado à exposição e justificação dos processos metodológicos adoptados para o presente estudo, assim como é apresentada a planificação para a sua operacionalização. O segundo ponto – *Apresentação dos dados de campo recolhidos e análise dos resultados* – é dividido em duas fases para cada tipo de dados recolhidos (registos na aula; avaliação periódica; entrevista): na primeira fase procede-se à apresentação dos dados recolhidos ao longo da aplicação do PE; na segunda fase discutem-se os dados apresentados. No terceiro ponto é apresentada uma reflexão sobre o estudo realizado assim como identificadas as constantes que dele emergiram.

1. Caracterização do estudo

Este primeiro ponto, da segunda parte deste DAPE, é dedicado à exposição e justificação dos processos metodológicos adoptados para o presente estudo. Inicialmente, é feita uma contextualização, abordando-se bibliografia referente à elaboração e concretização de um Projecto Educativo, assim como à relação da informação encontrada com a metodologia adequada ao desenvolvimento do presente estudo. É também apresentado o local de implementação do PE, assim como os alunos objecto de estudo neste trabalho. Posteriormente, são apresentados os objectivos (geral e específicos) que presidiram à elaboração e aplicação do PE. Segue-se o *Desenho da metodologia para o estudo*, onde se apresentam e justificam as opções metodológicas, assim como as técnicas aplicadas. Por fim, é delineada uma planificação sobre a aplicação do PE.

1.1. Contextualização

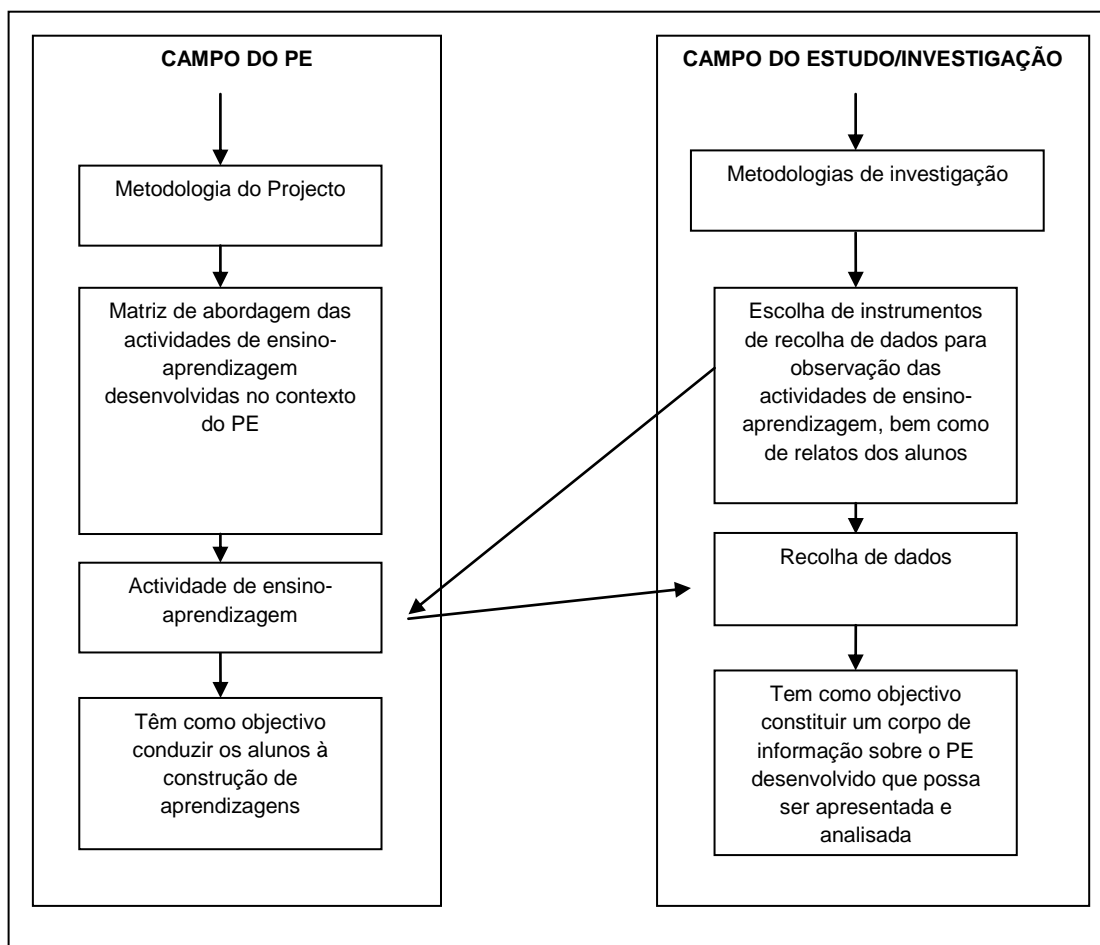
Uma vez que este estudo se enquadra no desenvolvimento da Unidade Curricular de Projecto Educativo do Curso de Mestrado em Música para o Ensino Vocacional, e porque, por esse motivo e nesse contexto, se afigura indispensável a utilização da Metodologia do Projecto⁴⁹, importa, em primeiro lugar, proceder a uma clarificação conceptual, para depois, e em segundo lugar, se identificarem e explorarem as suas potencialidades.

No entanto, antes de passarmos à clarificação conceptual sobre a Metodologia do Projecto, importa fazer notar que, simultaneamente à aplicação da Metodologia do Projecto, que subjaz ao desenvolvimento do meu PE enquanto matriz estruturante das actividades de ensino-aprendizagem e que nelas encerra o seu sentido, será indispensável, como explicitaremos adiante, aplicar também metodologias de investigação que permitam recolher e tratar dados no contexto do estudo presente. Isto porque, tratando-se da concretização de um PE, trata-se, simultaneamente, de recolher dados para a

⁴⁹ A Metodologia do Projecto integra-se nas novas perspectivas que se abrem aos educadores. Para essa breve exploração do conceito de PE, bem como da Metodologia do Projecto seguimos LEITE, MALPIQUE e SANTOS, 2001. No entanto, poderíamos ter seguido outros autores como MACEDO (1995) ou CARVALHO, ALMEIDA, AFONSO E ARAÚJO (1993), por exemplo, porque é similar a abordagem conceptual, bem como a perspectiva operativa.

concretização do DAPE. Por forma a clarificar esta duplicidade (uma base metodológica para as actividades de ensino-aprendizagem desenvolvidas no contexto do PE e outra base metodológica para o estudo/investigação), construímos a Figura nº19.

Figura n.º 19 – Os dois campos metodológicos simultaneamente explorados no contexto do presente estudo



Esclarecida a duplicidade metodológica acima explicitada (metodologias de ensino-aprendizagem/metodologias de investigação), passemos então à clarificação conceptual inerente à aplicação da ideia de projecto ao campo da educação.

A noção de projecto é uma noção polissémica pois pode ser entendida enquanto programa, plano de acção, esboço ou intenção, e implica necessariamente uma estratégia que torne realizáveis os ideais enunciados [CORTESÃO, 1992: 81]. Segundo CORTESÃO (1992), “Projecto é (...) o resultado da tensão decorrente da necessidade do problema surgido, do desejo

existente e da previsão, estruturação antecipada da acção. É como que um comprometimento entre a reflexão necessária e a acção desejada.” [CORTESÃO, 1992: 81] Para LEITE, MALPIQUE e SANTOS (2001) “o trabalho de Projecto é centrado no estudo de problemas” o que “introduz uma dinâmica integradora e de síntese entre teoria e prática. Não existe a separação (...) mas sim um movimento onde a prática alimenta a teoria e a teoria fundamenta a prática.” [LEITE, 2001: 77]

Conforme evidenciam LEITE, MALPIQUE e SANTOS (2001), alguns dos “aspectos significativos da introdução” da Metodologia do Projecto “na escola” são:

- a) a transmissão do conhecimento, na aprendizagem escolar, dá lugar à construção pessoal do saber, de uma forma dinâmica e interactiva;
- b) o saber responde a necessidades que advêm da busca de soluções para os problemas formulados e definidos com a participação dos próprios alunos;
- c) a teoria e a prática são apreendidos de forma integrada;
- d) estimulam-se atitudes investigativas tais como observar, questionar, reflectir.

[LEITE, 2001: 6]

Por um lado, esta abordagem reflecte uma visão construtivista dos processos de ensino-aprendizagem. Como afirma Piaget (citado por Clausse, Arnould (1976) *A Relatividade Educativa – Esboço de uma História e de uma Filosofia da Escola*. Coimbra: Livraria Almedina) “os conhecimentos derivam da acção, não no sentido de simples respostas associativas, mas num sentido muito mais profundo que é o da assimilação do real às coordenadas necessárias e gerais da acção”, ou seja, “o desenvolvimento intelectual depende essencialmente das actividades do sujeito: (...) é o produto de construções sucessivas e o factor principal desse construtivismo; é uma equilibração por autoregulação que permite remediar às incoerências, resolver os problemas e vencer as crises e os desequilíbrios por uma constante elaboração de estruturas novas.” Temos, então, que “a tarefa da educação já não é transmitir uma mensagem ou condicionar para tal comportamento

preciso (...) a tarefa da educação é ajudar” o indivíduo “a realizar sínteses de pensamento e de acção, isto é, «projecto»”. “Aprender é, (...) essencialmente um processo de modificação de si mesmo, da apreensão de uma realidade subjectiva no sentido de novas expectativas e de novos esquemas de pensamento”. [CLAUSSE, 1976: 268] Goldratt (2004), no mesmo sentido, afirma que “apresentar-nos conclusões finais não é um caminho que nos conduza à aprendizagem. Será, na melhor das hipóteses, uma forma de sermos treinados.” [GOLDRATT, 2004: 3]

Por outro lado, representa “uma tentativa para atravessar o fosso que tem separado os teóricos e os práticos na investigação em educação” LEITE, MALPIQUE e SANTOS (2001), uma vez que, aliada à Metodologia do Projecto, emerge sempre a investigação-acção⁵⁰. [LEITE, 2001: 82]

Esta metodologia dá ao “professor um estatuto diferente na relação educativa”, pois este passa a ser “«estimulador de aquisição e procura do saber», «motivador de aprendizagem».” [LEITE, 2001: 6]

As mesmas autoras, LEITE, MALPIQUE e SANTOS (2001), sintetizam as etapas que, independentemente do Trabalho de Projecto em causa, configuram esta metodologia:

1. Identificação/formulação do problema;
2. Pesquisa/produção-desenvolvimento;
3. Apresentação/globalização/avaliação final.

[LEITE, 2001:75-76]

⁵⁰ Dolbec define a investigação-acção como “ um processo de actividades humanas que visa fazer emergir um processo colaborativo com o objectivo de produzir uma mudança no mundo natural. (...) a transformação desejada será dirigida para um ou vários alvos; os investigadores, os actores, ou os investigadores-actores em si mesmos; a organização ou o ambiente em que evoluem. A mudança manifesta-se por aprendizagens efectuadas durante ou depois da implementação, da realização do processo (...)” [DOLBEC, 2003: 502] “Contrariamente a outras formas de investigação nas quais o investigador visa, se não a objectividade, pelo menos a neutralidade, este tipo de investigação [investigação-acção] toma como objectivo influenciar directamente o mundo da prática.” [DOLBEC, 2003: 483] No fundo, trata-se de seguir a máxima de Kurt Lewin (citado por Dolbec) “Se queres compreender um sistema procura mudá-lo.” A investigação-acção “comporta pelo menos as etapas seguintes: a formulação do problema, a planificação de subprocessos, a implementação do plano de acção, a observação dos efeitos da acção, a reflexão e a repetição do processo.” [DOLBEC, 2003: 504] Pela descrição se percebe que a investigação-acção partilha a natureza cíclica da metodologia do projecto, bem como se aproxima de uma mesma lógica de intervenção educacional.

Na primeira fase, procede-se à identificação de um problema, que, depois de formulado e descrito, deve ser estudado, identificando-se eventuais condicionalismos à sua resolução. Deve ser construída uma planificação e justificadas as opções nela identificadas. Na segunda fase, deve proceder-se à recolha de informação contextualizadora e, em face dela, à definição de um plano de acção e sua operacionalização. Na terceira fase, procede-se à avaliação do projecto, identificando sucessos e insucessos, consciencialização de novos problemas ou novas questões surgidas. Esta fase deve mostrar claramente que se trata de um processo aberto. De resto, é isso mesmo que faz notar ALVES (1995) quando afirma que a natureza de um PE “é transitória [dimensão de projecto] e instrumental [meio para atingir um fim] por natureza.” [ALVES, 1995: 17]

No caso presente, o Projecto Educativo foi realizado num dos locais de trabalho da autora, o Conservatório Regional de Música de Vila Real (CRMVR). Este conservatório é o grande responsável pela actividade pedagógica no âmbito da música na região. Possui vários agrupamentos musicais (Coro Oferta de Escola, Coro Misto, Coro de Vozes Brancas, Coro Infantil, Orquestra de Cordas, Orquestra de Sopros, Orquestra Ligeira, Orquestra Orff I, Orquestra Orff II), que interagem entre si, assim como convidam a participar na concretização dos seus programas musicais – planeados para os vários concertos dinamizados pelo conservatório ao longo do ano – alunos do conservatório cujos contributos possam integrar-se e valorizar esses programas. Entre as actividades mais conhecidas do CRMVR estão o *Festival de MúsicaAlvão* e o *Concurso para violino e piano Elisa Pedroso*. Como disciplinas de voz o Conservatório oferece: Coro Oferta de Escola, *Coro Geral*, *Coro de Vozes Brancas*, *Coro Infantil* e duas classes de Canto na disciplina de *Técnica Vocal e Repertório*, ministradas por dois professores de Canto.

Assim, a prática de Canto é leccionada, neste conservatório, na disciplina de *Técnica Vocal e Reportório*, mas também em aulas de curso livre. Foi neste contexto, como professora de Canto do CRMVR, que a autora contactou com os alunos que integraram o estudo desenvolvido no contexto do seu Projecto Educativo.

No contacto directo com estes alunos (fase de diagnóstico/ identificação de um problema), foi percepcionado um sub-desenvolvimento da capacidade respiratória, até mesmo algum desconhecimento dos processos inatos de respiração envolvidos na inspiração e expiração. Uma vez que: a) a autora deste trabalho tinha interesse em desenvolver um estudo sobre a actividade respiratória no ensino do Canto; b) o estabelecimento de ensino se mostrou interessado em acolher o estudo; e c) os alunos, tendo tomado consciência da necessidade de resolver as suas insuficiências relativas ao processo respiratório, mostraram interesse e motivação em participar no estudo proposto, por forma a desenvolverem a sua consciência e capacidade respiratória, estavam então reunidas as condições para a realização do Projecto Educativo (PE).

A amostra deste estudo consistiu em quatro alunos, dois com algum conhecimento e prática de Canto e dois com conhecimentos muito reduzidos sobre a mesma prática. Foi pedida uma autorização por escrito, declarando cada aluno tomar conhecimento do PE e autorizar quer o estudo realizado, quer a utilização de material recolhido através do testemunho concedido por entrevista (ver Anexos IX a XII). O estudo decorreu no CRMVR, entre Janeiro e Junho do ano lectivo 2009/2010, sendo os métodos de pesquisa utilizados a observação participante, e a entrevista semi-estruturada, conforme se justificará à frente. As técnicas usadas foram (i)a observação e registo do desenvolvimento dos alunos nas aulas relativamente ao desempenho respiratório e vocal, (ii)a avaliação periódica em três momentos (assumindo o primeiro deles com carácter diagnóstico) e (iii)a entrevista semi-estruturada. Para a concretização destas técnicas foram construídos os seguintes instrumentos: quadro de registo de exercícios e reportório executados na aula de Canto, bem como de registo das observações relativas à avaliação da evolução do desempenho dos alunos (ver Anexo II); tabelas de avaliação diagnóstica e periódicas dos alunos, realizadas, respectivamente, em Janeiro, Março e Junho (ver Anexo III e IV); guião para a entrevista semi-estruturada (ver Anexo 1), organizado conforme explicitado à frente (Quadro n.º5).

Passo a apresentar os alunos que integraram a amostra que serviu de base operativa ao presente estudo. Na apresentação dos diferentes alunos,

pretende contextualizar-se o leitor sobre o passado e presente vocal de cada aluno no início do desenvolvimento deste projecto. Para o efeito, e para uma leitura mais imediata e comparável, construíram-se os quadros seguintes, onde se verteu a informação essencial à apresentação de cada aluno.

Quadro n.º1 – Quadro de apresentação da aluna Alexandra

Aluno	Alexandra
Idade	38
Tessitura Vocal	Soprano
Início do estudo de Canto	2007 (contactou com 4 professores de Canto)
Curso que frequenta	Curso Complementar
Movimentos respiratórios no início do estudo	Tem consciência da necessidade de controlo sobre os movimentos do processo respiratório para a produção de som vocal. Faz os movimentos musculares correctos na inspiração e expiração.
Experiências musicais – vocais	Canta num coro de Câmara. Participa em concertos do CRMVR, como solista.
Histórico de problemas vocais	Em 2007 tinha dois nódulos nas pregas vocais e uma fenda glótica.

Quadro n.º2 – Quadro de apresentação da aluna Caroline

Aluno	Caroline
Idade	47
Tessitura Vocal	Mezzo-soprano
Início do estudo de Canto	2006, com uma pausa de um ano e meio (contactou com “quatro ou cinco” professores de Canto)
Curso que frequenta	Curso Livre
Movimentos respiratórios	Tem consciência da necessidade de controlo sobre os movimentos do processo respiratório para a produção de som vocal, mas não realiza

	os movimentos correctamente. Quando pretende fazer movimentos musculares intencionais, a Caroline desenvolve uma tensão muscular muito grande.
Experiências musicais – vocais	Canta num Coro de Câmara.
Histórico de problemas vocais	Em 2008 tinha um quisto numa prega vocal (não precisou de intervenção cirúrgica).

Quadro n.º3 – Quadro de apresentação do aluno Luís

Aluno	Luís
Idade	23
Tessitura Vocal	Contratenor
Início do estudo de Canto	2005 (contactou com cinco professores de Canto)
Curso que frequenta	Curso Livre
Movimentos respiratórios	Não tem consciência da necessidade de controlo sobre os movimentos musculares envolvidos no processo respiratório para a produção de som vocal. Faz os movimentos correctos de inspiração e expiração, mas tem dificuldade em realizar uma inspiração completa.
Experiências musicais – vocais	Canta, como solista, na tuna. Participa, como solista, em concertos do CRMVR.
Histórico de problemas vocais	Nunca teve problemas vocais.

Quadro n.º4 – Quadro de apresentação da aluna Margarida

Aluno	Margarida
Idade	48
Tessitura Vocal	Soprano.
Início do estudo de Canto	2008 (contactou com três professores de Canto)
Curso que frequenta	Curso Livre
Movimentos respiratórios	Tem consciência da necessidade de controlo sobre os movimentos do processo respiratório para a produção de som vocal, mas não realiza os movimentos correctamente. Confunde o

	movimento de expansão abdominal na inspiração com o movimento de contração abdominal na expiração.
Experiências musicais – vocais	Canta num Coro de Câmara.
Histórico de problemas vocais	Nunca teve problemas vocais.

1.2. Objectivos

Este Projecto Educativo foi realizado com o propósito de cumprir os seguintes objectivos:

Objectivo geral – perceber qual o impacto da aplicação sistemática de exercícios respiratórios, na aula de Canto, no desenvolvimento vocal dos alunos participantes neste Projecto Educativo.

Objectivos específicos – (i) reunir e sistematizar um conjunto de exercícios respiratórios apropriados à prática vocal; (ii) aplicar os exercícios respiratórios na prática da aula de Canto de forma sistemática; (iii) observar e registar os resultados obtidos na prática de reportório, pelos alunos envolvidos no PE; (iv) perceber quais são as representações dos alunos sobre todo o processo, em momento posterior ao fim do PE.

1.3. Desenho da Metodologia para o Estudo

Este Projecto Educativo pretendeu ser um estudo com carácter exploratório. Assim, os procedimentos adoptados tiveram sempre como princípio a necessidade de procurar caminhos para futuro aprofundamento, bem como aumentar os conhecimentos teóricos e recursos pedagógico-

didáticos da autora para o ensino do Canto. Com este intuito, a metodologia do presente estudo, e como já enunciado atrás, centrou-se na observação participante. Esta observação participante foi operacionalizada através de três técnicas: (i) observação e registo do desenvolvimento de cada um dos alunos que integraram este estudo em cada aula de Canto; (ii) realização de três momentos de avaliação (sobre o estado inicial, com carácter diagnóstico – Janeiro; evolução dos alunos ao longo dos dois períodos em que foram objecto de estudo – Março e Junho); (iii) realização de entrevista semi-estruturada a cada um dos alunos que participou no estudo deste Projecto Educativo, em momento posterior à sua conclusão. Assim sendo, os instrumentos construídos foram: um quadro de registo dos exercícios respiratórios e do reportório estudado, juntamente com registo das observações relativas à avaliação da evolução do desempenho dos alunos, para cada aluno em cada aula; tabelas de avaliação periódica dos alunos, realizadas em Janeiro, Março e Junho; guião para a entrevista semi-estruturada, organizado em função dos objectivos do estudo.

A opção sobre o método de observação participante foi tomada pelo “facto da observação participante ser (...) especialmente adequada em estudos exploratórios”. [MOREIRA, 2007: 195] Na enunciação que faz de definições para observação directa, Laperrière (2003) cita Lofland que afirmou que esta forma de investigação é: “estar lá, para fins de análise.” [LAPERRIÈRE, 2003: 260] Como a base deste estudo assenta na observação e na recolha de dados, as palavras de Bogdan (1994) revelaram, mais uma vez, o caminho metodológico que deveria ser seguido:

“Neste tipo de estudos [o autor refere-se a estudos de caso de observação], a melhor técnica de recolha de dados consiste na observação participante e o foco de estudo centra-se numa organização particular (escola, centro de reabilitação) ou nalgum aspecto particular dessa organização.”

[BOGDAN, 1994: 90]

Moreira (2007) afirma ainda que “a observação-participante é sempre uma experiência minuciosa e original que implica, além do manejo de um saber preciso, o estabelecimento de um tipo de relação particular com os seus

interlocutores. O investigador é avaliado tanto no plano dos seus conhecimentos puramente académicos, como no plano das suas qualidades morais, afectivas ou sensoriais. Daí que o trabalho de campo assente na observação-participante constitua sempre uma verdadeira educação.” [MOREIRA, 2007: 200] Laperrière (2003) refere este método como um regresso às origens, como um método que permite a compreensão dos factos e que, para além de dados “muitas vezes pontuais e fragmentados”, permite a interpretação do seu conjunto.

“Os adeptos das metodologias qualitativas preconizaram (...) um «retorno às origens» para alimentar a reflexão sobre o social, e a adição da intersubjectividade à distanciação, como instrumento de apreensão «científica» do real. A observação participante, isto é, a imersão total da investigadora na situação social em estudo, apresenta-se como privilegiada neste retorno às origens.”

[LAPERRIÈRE, 2003: 258]

Segundo Loffland e Loffland (1995) citado por Moreira (2007), a observação participante permite o que os outros métodos não permitem, ou seja, decidir o que perguntar e confirmar os interesses do observador no decorrer do seu estudo. [MOREIRA, 2007]

“Há, aliás, que ter sempre presente que a observação participante «difere dos outros métodos de investigação na medida em que o investigador selecciona os objectos de observação, decide o que perguntar e confirma os seus interesses *no decurso da própria investigação.*»” (Loffland e Loffland, 1995;5).”

[MOREIRA, 2007: 187]

Este era o ponto que se pretendia abranger na escolha da observação participante enquanto método para observar e recolher dados sobre o decorrer do Projecto Educativo: a possibilidade de interagir com os alunos intervindo na sua postura e experiência no Canto. Pretende-se, assim, que esta participação seja activa, de intervenção directa nos resultados obtidos, tal como se pode perceber pelas palavras de Moreira abaixo citadas.

“No princípio, o campo de observação do investigador será muito amplo; à medida, porém, que a investigação avança será cada vez mais selectivo, entrando-se em questões, elementos e processos específicos.

Tal relaciona-se com os «tipos de participação», para usar a expressão de Spradley (1980) os quais pressupõem uma variação de intensidade da participação: a) passiva, b) moderada e c) activa. [o autor define as diferentes intensidades da participação do observador] (...)c) Para definir a participação activa, Spradley, remete para o estudo de Nelson sobre esquimós (1969). Para este autor, participar activamente equivale não só a presenciar o que sucede, mas uma implicação na actividade estudada.”

[MOREIRA, 2007: 188]

Finalmente, e ainda no campo da observação participante, tomámos em conta a afirmação de Quivy (2005) onde lemos que “o método [observação participante] é particularmente adequado à análise do não verbal e daquilo que ele revela: as condutas instituídas e os códigos de comportamento, a relação com o corpo, os modos de vida e os traços culturais, a organização espacial dos grupos e da sociedade, etc.” [QUIVY, 2005: 198]

Sobre as diferentes vertentes do observador participante, Moreira (2007) afirma:

“Pode, pois, responder-se com clareza à pergunta de Spradley sobre o que acrescenta o papel técnico de observador-participante ao papel profano de observador vulgar: a) duplo propósito, isto é, implicação nas actividades respeitantes à situação (...) em estudo e observação profunda de tal situação; b) atenção redobrada, estudo de maior alerta; c) observação dita de ângulo aberto, ampliada pelo referido propósito de estudar os aspectos culturais próprios a uma situação social; d) experiência por «dentro» e por «fora», na dupla condição de membro e estranho; e) introspecção aplicada; f) registo sistemático de actividades, observações, introspecções (Spradley, 1980: 54-58).”

[MOREIRA, 2007: 179]

Na procura de sistematizar resultados, procedeu-se à definição das técnicas assumidas neste PE, cuja recolha de dados teria de passar pelo registo sistemático de actividades observadas e avaliações periódicas. Este registo sistemático consistiu, assim, na recolha de dados sob a forma de

relatório (aula a aula) e avaliações periódicas. No registo de dados, sob a forma de relatório de aula, figuraram exercícios respiratórios aplicados, reportório estudado e observações sobre o desempenho do aluno de forma contínua ao longo do ano (Anexo II) Nos registos de avaliação periódica foram assumidos três momentos: o primeiro momento no início do estudo (Janeiro – carácter diagnóstico), o segundo momento no final do segundo período do ano lectivo (em Março), e o terceiro momento no final do ano lectivo (em Junho) [Anexos III e IV].

Sobre a recolha de dados em estudos baseados na observação participante, Bogdan e Biklen (1994) afirmam:

“Nos estudos de observação participante todos os dados são considerados notas de campo”

[BOGDAN, 1994: 150]

Moreira (2007), refere a importância da aplicação de folhas de registo como “guiões de observação e codificação aplicados de acordo com um protocolo de observação, com instruções específicas.” [MOREIRA, 2007: 194]

Na procura de perceber o universo dos alunos objecto de estudo neste PE, foram realizadas entrevistas. Como refere Bell (1993), “A grande vantagem da entrevista é a sua adaptabilidade. Um entrevistador habilidoso consegue explorar determinadas ideias, testar respostas, investigar motivos e sentimentos, coisa que o inquérito nunca poderá fazer.” [BELL, 1993: 118] Também SAVOIE-ZAJC reflecte sobre a importância da entrevista num estudo:

“As entrevistas visam um objectivo específico: o de chegar à compreensão de uma certa realidade, de um certo fenómeno, sendo esta intenção a do investigador.”

[SAVOIE-ZAJC, 2003: 280]

Desta forma, a entrevista permitiu complementar os dados fornecidos pelos registos feitos ao longo da aplicação do PE, uma vez que “todos os autores defendem que, numa metodologia indutiva, a verbalização franca por parte do entrevistado (considerado o informador privilegiado) é fundamental e, quanto menor for a intervenção do entrevistador, maior será a riqueza do material recolhido, dado que a lógica e a racionalidade do informante emergirá mais

intacta e menos influenciada pelas perguntas.” [GUERRA, 2006: 51] Pois, “(...) como muito bem observa Erlandson: «...as entrevistas adoptam, as mais das vezes, a forma de um diálogo ou de uma interacção (...). Permitem ao investigador e ao entrevistado mover-se no tempo em análise (...)» [MOREIRA, 2007: 203] Sobre a importância da implementação da entrevista, Savoie-Zajc (2003) afirma ainda:

“A situação de entrevista permite revelar o que o outro pensa e que não pode ser observado: sentimentos; pensamentos; intenções; comunica também comportamentos anteriores e suas ligações com o presente ou comportamentos tidos em situações privadas e consequentemente não acessíveis publicamente”

[SAVOIE-ZAJC, 2003: 284]

Segundo Garcia (1987), “a mediação que cada indivíduo realiza da informação que recebe do exterior é uma interpretação particular que pode até representar uma transformação ou mesmo distorção da própria realidade.” [Garcia, 1987: 29] Ou seja, “o sujeito humano é participante activo na construção da sua própria realidade” admitindo-se “que as cognições da pessoa (neste caso, do sujeito-aluno) condicionam tanto a sua interpretação do mundo como as suas formas de actuação.” [Teixeira, 2004:11] Neste contexto, pensamos justificar-se do ponto de vista metodológico, de forma a enriquecer a compreensão do impacto das actividades de ensino-aprendizagem operacionalizadas sobre os alunos envolvidos neste estudo, a inclusão de entrevistas. Estas, constituindo-se como instrumento de acesso às representações dos alunos, quer sobre o PE, quer sobre as suas aprendizagens nele concretizadas, permitirão explorar dimensões complementares às dos outros instrumentos de recolha de dados.

O objectivo da implementação do recurso à entrevista passa, portanto, pela criação da possibilidade de compreender a realidade interior do aluno em relação aos assuntos abordados no presente estudo. Sendo a entrevista semi-estruturada⁵¹ uma “interacção verbal animada de forma flexível pelo investigador” que se deixa “guiar pelo fluxo da entrevista com o objectivo de abordar, de um modo que se assemelha a uma conversa, os termos gerais

⁵¹ Há autores que se referem a esta categoria de entrevista como semidirigida.

sobre os quais deseja ouvir o respondente, permitindo assim extrair uma compreensão rica do fenómeno em estudo” [SAVOIE-ZAJC, 2003: 282], esta categoria preenche, na visão da autora, os requisitos considerados necessários para a concretização do objectivo da aplicação da entrevista no contexto deste PE, uma vez que permite “revelar as tensões, as contradições que animam um indivíduo a propósito do fenómeno estudado.” [SAVOIE-SAJC, 2003: 285] Como complemento à concretização do objectivo traçado para as entrevistas, acima referido, temos a seguinte afirmação de Bogdan e Biklen (1994): “nas entrevistas *semiestruturadas* fica-se com a certeza de se obter dados comparáveis entre os vários sujeitos.” [BOGDAN, 1994: 135] Ainda sobre o uso da entrevista no estudo acentuado em observação participante, Bogdan e Biklen (1994) afirmam:

“Em investigação qualitativa, as entrevistas podem ser utilizadas de duas formas. Podem constituir a estratégia dominante para a recolha de dados ou podem ser utilizadas em conjunto com a observação participante, análise de documentos e outras técnicas. (...) permitindo ao investigador desenvolver intuitivamente uma ideia sobre a maneira como os sujeitos interpretam aspectos do mundo.”
[BOGDAN, 1994: 134]

Moreira (2007) considera a entrevista semi-estruturada numa categoria de entrevista qualitativa, e define esta categoria como “uma conversa: a) provocada explicitamente pelo entrevistador; b) dirigida a pessoas seleccionadas com base num plano de investigação, isto é, com base em determinadas características (pertença a certa categoria social, a um dado grupo, com certa experiências, etc.); c) com uma finalidade de tipo cognoscitivo; d) guiada pelo entrevistador; e) assente num esquema flexível de interrogação.” [MOREIRA, 2007: 204] Como vantagens do uso das entrevistas qualitativas, o mesmo autor refere: a) obtenção de uma grande riqueza informativa; b) oportunidades de clarificação e acompanhamento das respostas (inclusivé por percursos não previstos); c) estimula o desenvolvimento de pontos de vista, hipóteses e outras orientações úteis para concretizar um projecto em termos reais; d) oferece um contraste qualitativo aos resultados obtidos através de procedimentos quantitativos e facilita a compreensão dos

mesmos; e) é mais eficaz no acesso a informações difíceis. [MOREIRA, 2007: 211]

“As entrevistas qualitativas variam quanto ao grau de estruturação. Algumas, embora relativamente abertas, centram-se em tópicos determinados ou podem ser guiadas por questões gerais (Merton e Kendall, 1946). Mesmo quando se utiliza um guião, as entrevistas qualitativas oferecem ao investigador uma amplitude de temas considerável, que lhe permite levantar uma série de tópicos e oferecem ao sujeito a oportunidade de moldar o seu conteúdo.” [BOGDAN, 1994: 135] Savoie-Zajc (2003) refere a importância da elaboração de um guião da entrevista.

“Um esquema de entrevista é um guia no qual o investigador identifica os temas, os subtemas e as questões de orientação a fim de recolher dados pertinentes para a investigação.”
[SAVOIE-ZAJC, 2003: 289]

Embora na entrevista semi-estruturada os entrevistados possam descrever livremente a sua experiência, a partir das questões/tópicos a tratar, foi, no contexto do nosso estudo, elaborado um guião de entrevista para a obtenção de uma maior sistematicidade e uniformização da informação a tratar (Anexo I). No quadro seguinte, apresenta-se a estrutura que subjaz à organização do guião.

Quadro n.º5 - Quadro organizador do guião da entrevista semi-estruturada, realizada no contexto do Projecto Educativo *A respiração na aula de canto*

Temáticas	Nº de questões por temática	Indicação das questões por temática	Objectivo das questões
Contextualização da experiência musical e vocal do aluno.	5	1; 2; 3; 22; 23.	- Conhecer a experiência do aluno na prática do Canto (antes e durante a realização do Projecto Educativo); - Identificar os receios do aluno na prática do Canto.
Percepção do envolvimento da musculatura na	4	8; 9; 10; 11.	- Perceber se existe conhecimento do envolvimento muscular da inspiração

inspiração para preparação da prática do Canto.			na activação do apoio vocal; - Perceber se relaciona a musculatura da inspiração com a activação da musculatura do apoio vocal; - Perceber se tem sensações físicas do processo e as reconhece, ou se apenas o conhece teoricamente.
Percepção do envolvimento da musculatura na expiração na prática do Canto.	5	12; 13; 14; 15; 16.	- Perceber se existe consciência da interacção dos aparelhos respiratório e fonador, na prática do Canto, durante a expiração; - Perceber se identifica qual o envolvimento muscular necessário para o apoio vocal; - Perceber se tomou consciência psicomotora dos processos musculares ou se apenas os conhece teoricamente; - Perceber o nível de consciência alcançado sobre o envolvimento do diafragma no processo fonatório do canto lírico.
Percepção da evolução da capacidade de controlo sobre o aparelho respiratório e suas consequências ao nível da fonação, bem como sobre a tomada de consciência da interacção entre respiração e fonação na prática do Canto.	10	4; 5; 6; 7; 17; 18; 19; 20; 21; 24.	- Perceber se percepcionou evolução nas suas capacidades respiratória e fonadora; - Perceber a relevância da evolução percepcionada na prática de Canto; - Perceber o nível de tomada de consciência relativamente à dependência entre a utilização do aparelho respiratório e a correcta realização de uma prática de Canto saudável.

“A forma que a maioria dos investigadores qualitativos utiliza para recolher os seus dados” é o trabalho de campo. “É raro o estudo qualitativo que não envolva trabalho de campo.” “A qualidade do trabalho de campo passa pelo estabelecimento de relações quer o método de avaliação seja a observação participante, a entrevista ou a busca de documentos.(...) A tónica é

colocada na qualidade e proximidade da relação em detrimento do formalismo.” No trabalho de campo, como na “maioria dos estudos qualitativos”, utiliza-se “mais do que uma técnica de recolha de dados.” No nosso estudo, optamos por assumir o conselho de Bogdan e Biklen, ou seja, para obter acesso ao campo utilizamos a *abordagem objectiva*. “Nesta o investigador explicita os seus interesses e tenta que os sujeitos que vais estudar cooperem consigo.” A esta abordagem opõem-se a *investigação dissimulada*⁵²; esta, pelas suas características, explicitadas pelos mesmos autores, não nos pareceu adequada ao presente estudo. [BOGDAN, 1994: 113-115]

“Por não existir uma bibliografia extensa sobre as diversas formas de trabalho de campo nos diferentes contextos que os investigadores estudam,” nomeadamente no campo dos estudos em música, cabe sempre a cada investigador a responsabilidade de assumir decisões sobre a adaptação das metodologias e instrumentos ao seu estudo em particular; às circunstâncias em que vai trabalhar; aos objectivos que se propôs alcançar; assim como às ideossincrasias de cada indivíduo envolvido nesse mesmo estudo. Neste contexto, metodologicamente, e apoiando-nos nos autores atrás citados, podemos então afirmar caracterizar este estudo como um trabalho de campo em que a autora se assume como observadora participante, sendo que todos os dados são considerados notas de campo.

Para melhor sistematização das opções metodológicas que presidiram ao presente estudo, e sua justificação a partir da bibliografia consultada, organizou-se o Quadro nº6. Neste quadro, apresenta-se sempre a referência ou referências bibliográficas que ajudaram a tomar as decisões, e logo, que as justificam.

⁵² “Recolha de dados sem o consentimento dos sujeitos”. [BOGDAN, 1994: 115] Esta opção levanta problemas éticos ao investigador e apenas deve ser aplicada em casos em que a natureza da investigação o justifique e em que seja possível a sua concretização sem se verem feridos os direitos legais dos actores envolvidos.

Quadro n.º6 – Síntese das opções metodológicas assumidas no presente estudo

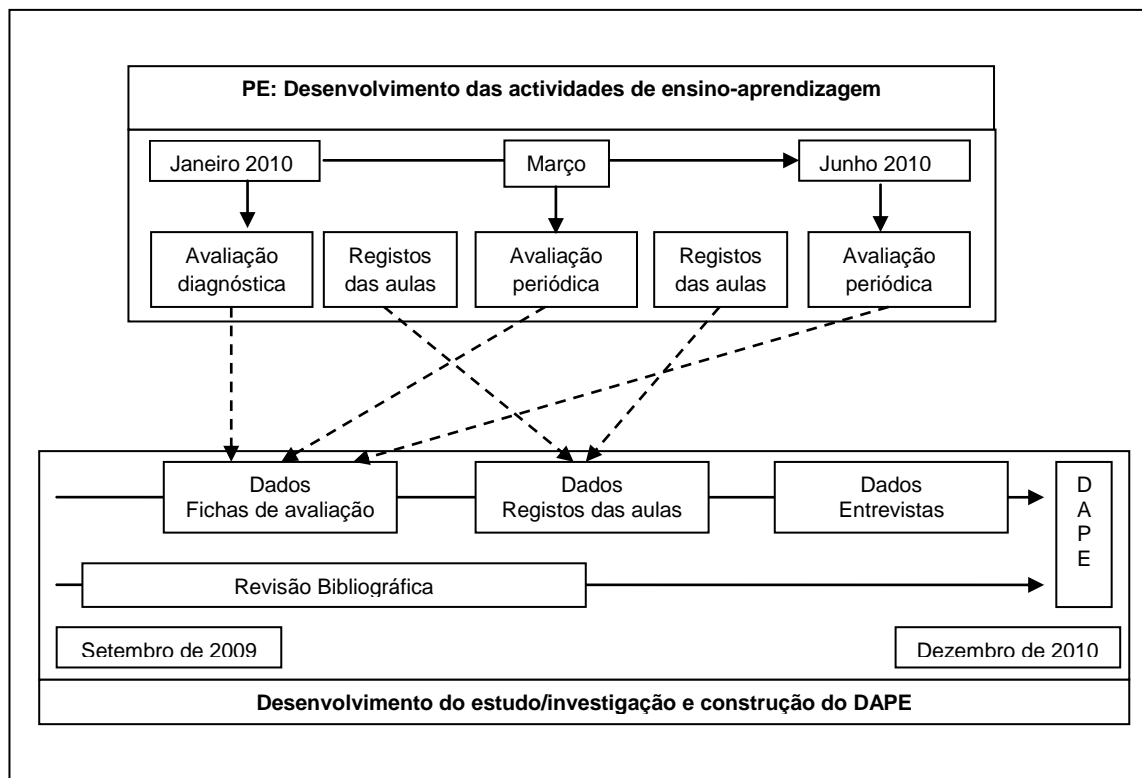
Paradigma	Compreensivo ⁵³ Investigação Qualitativa ⁵⁴		
Natureza do Estudo	Trabalho de Campo [BOGDAN, 1994: 113-115]		
Metodologia	Observação Participante [MOREIRA, 2007: 195,200,179] [LAPERRIÈRE, 2003: 258] [QUIVY, 2005: 198]		
Técnicas	- Observação - Registo [MOREIRA, 2007: 194]	Entrevista semi-estruturada [BELL, 1993: 118] [SAVOIE-ZAJC, 2003: 280-285] [MOREIRA, 2007: 203-211] [BOGDAN, 1994: 134-135]	Avaliação periódica [MOREIRA, 2007: 194]
	Notas de Campo [BOGDAN, 1994: 150]		
Instrumentos	Quadro de registo de: - diferentes fases do exercício respiratório; - reportório estudado em cada aula; - observação e ponderação sobre a evolução do desempenho do aluno.	Guião para entrevista semi-estruturada [SAVOIE-ZAJC, 2003: 289]	Tabela de Avaliação Diagnóstica e Periódica
Tipo de Output	Dados Qualitativos		Avaliação Quantitativa

Este é, assim, o desenho metodológico que, face às circunstâncias, contextos e actores, e no seguimento do estudo das indicações colhidas na bibliografia consultada, emergiu como mais adequado para, sem qualquer propósito de generalização – imprópria do paradigma onde nos movemos -, aceder à ocorrência de eventuais constantes, bem como às representações dos alunos envolvidos no PE.

⁵³ Segundo THINES & LEMPEREUR (dir.) (1984): *Dicionário Geral das Ciências Humanas*. Lisboa: Edições 70, Trata-se de “toda uma actitude epistemológica” em que se busca a compreensão dos “fenómenos humanos (...) através de uma participação vivida do sujeito que compreende os fenómenos a compreender”.

⁵⁴ Segundo BOGDAN & BLIKEN (1994) “os estudos que recorrem à observação participante e à entrevista em profundidade tendem a ser bons exemplos” do que é uma investigação qualitativa. Lembram, também que “a questão não é tanto a de se determinada investigação é ou não totalmente quantitativa; trata-se sim de uma questão de grau.” [BOGDAN, 1994: 47] Embora alguns estudos possam estar “desprovidos de uma ou mais” dessas “características”, os autores citados apresentam as cinco características que enformam a investigação qualitativa: 1. Na investigação qualitativa a fonte directa de dados é o ambiente natural, constituindo o investigador o instrumento principal; 2. A investigação qualitativa é descritiva; 3. Os investigadores qualitativos interessam-se mais pelo processo do que simplesmente pelos resultados; 4. Os investigadores qualitativos tendem a analisar os seus dados de forma indutiva; 5. O significado é de importância vital na abordagem qualitativa.

Figura n.º 20 - Quadro síntese da relação entre as fases de desenvolvimento do PE e as fases de construção do DAPE



1.4. Procedimentos do estudo

Referindo-se ao início do trabalho de preparação do cantor para o acto do Canto, Manén (1981) afirma: “O cantor deve começar por observar as suas sensações internas enquanto inspira e expira, silenciosa e naturalmente.” [MANÉN, 1981: 17]⁵⁵ Ainda sobre o acto inspiratório do cantor, a mesma autora acrescenta:

“A fim de compreender a inspiração correta para cantar, vamos imaginar uma cena curta e analisá-la em câmara lenta. A cantora entra numa sala e vê uma carta sobre a mesa dirigida a ela. Pega, olha para a escrita, sem reconhecê-la, abre o envelope e lê algo. Está assustada. As suas reações envolvem todo o sistema. Em termos físicos: (1) realiza uma respiração rápida e superficial; (...) (2) as mandíbulas separam-se e são mantidas na horizontal (3); o peito é levantado, o abdomen é expandido, (4) as maçãs do rosto elevam-se, o espaço nasal é alargado; (5) as sobrancelhas são levantadas, os olhos abertos; Agora a cantora dá expressão à sua reação de alegria a esta surpresa agradável (6) a laringe abre-se, e diz «ah», a laringe fecha-se. As mandíbulas permanecem separadas, o peito permanece levantado”.

[MANÉN, 1981: 18]⁵⁶

“Ao surgir a vontade/necessidade de comunicar oralmente, o cérebro transmite impulsos nervosos aos músculos do sistema respiratório (que ao contraírem comprimem o ar dos pulmões e obrigam-no a subir ao longo da traqueia), à laringe (fazendo com que as pregas vocais ajustem o seu posicionamento e vibração) e às estruturas do trato vocal (provocando adaptações da tensão da faringe, do posicionamento da língua e do palato mole). Deste modo a coluna de ar pulmonar é sonorizada na laringe (fonação)

⁵⁵ “The singer must begin by observing his internal sensations when he breathes in and out quietly and naturally.” [MANÉN, 1981: 17]

⁵⁶ “In order to understand the correct inspiration for singing, let us imagine a short scene and analyse it in slow motion. The singer enters a room and sees a letter on the table addressed to him. He picks it up, looks at the handwriting without recognizing it, opens the envelope and reads something. He is startled. His reactions will involve the whole system participates. In physical terms: (1) he draws a quick, shallow breath; (...) (2) his jaws separate and are kept horizontal; (3) his chest is lifted, the abdomen is flattened; (4) his cheeks are lifted, the nasal space is widened; (5) his eyebrows are raised, eyes opened; Now the singer gives expression to his joyful reaction to this agreeable surprise (6) his larynx opens, he claims «ah»; the larynx closes. The jaws remain separated, the chest remains lifted.” [MANÉN, 1981: 18]

e modulada no trato vocal (em sons da fala). Em suma, a voz é um som resultante de um conjunto de acontecimentos ao longo do trato vocal com uma determinada força, sonoridade, duração, velocidade e ritmo, regulada de forma subconsciente pela informação enviada ao cérebro via auditiva.” [GUIMARÃES, 2007: 200]

Devido a esta complexidade de movimentos musculares presente na produção do som, pretende-se, com a concretização do DAPE, contribuir para uma reflexão sobre a importância da exercitação respiratória regular e sistemática na aula de Canto, estando presente a preocupação de desenvolver nos alunos a coordenação muscular envolvida no processo de respiração, relacionando-a com a fonação, e proporcionando a possibilidade de consciencializar a musculatura (partes do corpo) envolvida(s) no processo respiratório e a sua capacidade de resposta às várias solicitações feitas durante o acto do Canto; desde a preparação da primeira nota até à capacidade de executar frases longas e terminar a frase com uma afinação apurada pelo domínio da musculatura. Para tal é incluída, na rotina da aula de Canto, a exercitação respiratória para que os alunos participantes neste PE experimentem a prática regular da coordenação motora no processo respiratório indubitavelmente envolvida no processo de fonação.

Esta exercitação respiratória envolve diferentes fases. Cada uma com objectivos específicos para a futura prática fonatória no contexto do Canto. As diferentes fases da exercitação respiratória, com os respectivos objectivos, são apresentadas abaixo, no Quadro nº7.

Quadro n.º7 – Quadro das diferentes fases da exercitação respiratoria

Fases do exercício respiratório	Descrição do exercício	Objectivo do Exercício
I	De pé ou sentado na beira de uma cadeira, o aluno deve realizar a respiração com inspiração completa (pela boca) - respiração costo-diafragmatico-abdominal. Na velocidade que lhe fôr mais natural, deve inspirar expandindo a musculatura abdominal e os intercostais, alargando ao máximo a caixa torácica.	<ul style="list-style-type: none"> - Concentração na aula de Canto; - Percepcionar o processo de solicitação dos músculos abdominal, diafragmático e intercostais envolvidos na respiração; - Coordenação dos movimentos musculares próprios da inspiração e da expiração; - Introduzir, na rotina do aluno, o hábito de observar o movimento natural do corpo.

II	<p>Permanecendo de pé ou sentado na beira de uma cadeira, o aluno deve realizar uma intensificação dos movimentos musculares. A inspiração deve ser completa (como no exercício I) havendo expansão máxima da caixa torácica, e tanto a inspiração como a expiração devem ser rápidas. Esta expiração deve conter a expansão intercostal, que se mantém enquanto a musculatura abdominal expande e contrai realizando um ciclo de vários grupos de [inspiração/expiração]. Inicialmente, este exercício deve ser feito por ciclos de vários grupos de [inspiração/expiração]. Ciclos de cinco, dez, quinze grupos de [inspiração/expiração], aumentando-se o número de ciclos até o aluno ser capaz de realizar o exercício ininterruptamente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver o processo de solicitação dos músculos abdominal, diafragmático e intercostais envolvidos na respiração; - Desenvolver a capacidade de realizar movimentos respiratórios rápidos, sem tensão muscular.
III	<p>Ao exercício descrito no ponto anterior, o aluno deve acrescentar a “condução” do ar, envolvido na respiração, pela cana do nariz. A inspiração deve ser feita simulando a percepção do perfume de uma flôr.⁵⁷</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver o processo de solicitação dos músculos abdominal, diafragmático e intercostais envolvidos na respiração; - Percepção do alargamento da laringe e elevação do palato; - Coordenação dos movimentos musculares, próprios da inspiração e da expiração, com o alargamento da laringe e elevação do palato.
IV	<p>Intensificação da fase anterior do exercício respiratório. Os movimentos trabalhados em III, devem agora ser concretizados com maior destreza muscular. Inicialmente, este exercício deve ser feito por ciclos de vários grupos de [inspiração/expiração]. Ciclos de cinco, dez, quinze grupos de [inspiração/expiração], aumentando-se o número de ciclos até o aluno ser capaz de realizar o exercício ininterruptamente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolver o processo de solicitação dos músculos abdominal, diafragmático e intercostais envolvidos na respiração; - Coordenação dos movimentos musculares, próprios da inspiração e da expiração, com o alargamento da laringe e elevação do palato, agora em movimentos rápidos; ou seja, a inspiração deve envolver todos os pontos referidos, mas num curto espaço de tempo.
V	<p>Nesta fase do exercício respiratório, o aluno deve ser capaz de realizar uma inspiração completa sustendo o ar, impedindo a diminuição da caixa torácica através da expansão dos músculos abdominal e intercostais. A expiração que se segue deve ser o mais lenta que o aluno conseguir, sem acumulação de tensões. Nesta fase do exercício respiratorio, deve dar-se</p>	<ul style="list-style-type: none"> - desenvolver o processo de solicitação dos músculos abdominal, diafragmático e intercostais envolvidos na respiração; - Percepção da capacidade de controlo sobre a saída do ar na expiração; - Desenvolvimento da resistência muscular ao movimento muscular

⁵⁷ Parafraseando MANÉN (1981), o fecho da região olfactiva provoca, automaticamente, o fecho da laringe. [MANÉN, 1981: 27-28] Este exercício reforçará a capacidade do aluno de evitar este fecho na sua prática vocal.

	alternância entre nariz e boca, para inspiração e expiração, respectivamente.	natural e instintivo sobre a diminuição da caixa torácica na expiração; - Controlo sobre a musculatura intercostal.
VI	Na continuação do desenvolvimento da fase anterior do exercício respiratório, o aluno deve agora realizar a expiração com fonação. Esta fonação deve ser produzida com “br” e “nh”. Esta fase do exercício respiratório só é bem concretizada quando o aluno consegue dominar satisfatoriamente os movimentos musculares respiratórios envolvidos na actividade do Canto. Caso contrário, não consegue produzir os sons com “br” e “nh”.	- Junção de todo o desenvolvimento da capacidade respiratória, adquirido com as diferentes fases do exercício respiratório, com a actividade fonatória; - Percepção da possibilidade de pelo controlo respiratório obter diferentes qualidades sonoras.

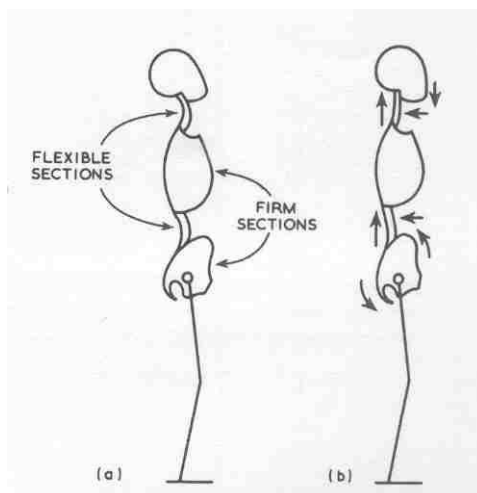
A organização das diferentes Fases do exercício respiratório, explicitado no Quadro n.º7, assumiu como referência estruturante os objectivos que se pretendia atingir no decurso do PE. Com o propósito de encontrar formas para concretizar esses objectivos, foi consultada, para além da bibliografia já citada [MANÉN, 1981; GUIMARÃES, 2007; SACRAMENTO, 2009; SOUZA, 2008; OLIVEIRA, 2000], a obra *Educacion de la Voz 1º (Ortofonía-Dicción-Canto-Ritmo)* de Maria Pillar Escudero (2002), mais concretamente os capítulos *Reeducacion Fonetica e Tecnica de la Voz* [p. 3-33]. Nestes Capítulos, a autora sugere alguns exercícios que devem podem ser aplicados quando presente o propósito de desenvolver ou corrigir hábitos vocais. Não sendo exercícios especialmente vocacionados para o ensino do Canto lírico, estes exemplares de Pillar Escudero serviram como matriz-base à construções dos exercícios a serem aplicados na aula de Canto, considerando as exigências desta prática e os objectivos de aprendizagem traçados como meta final para os resultados a obter. Desta forma, foram constituídas seis Fases para o Exercício Respiratório.

O Exercício Respiratório construído, no que diz respeito à passagem de uma fase para outra, implica o desenvolvimento das capacidades de resposta dos alunos a diferentes solicitações. Não fará sentido pedir ao aluno que execute a fase II desta exercitação se este não fôr capaz de fazer a fase I com relativa facilidade. Assim, para passarmos à fase II, o aluno terá de ser capaz de coordenar os movimentos musculares próprios da inspiração e da expiração, tendo oportunidade de corrigir movimentos musculares incorrectos.

Terá também de, pela repetição, incluí-los na sua rotina respiratória. Para poder passar da fase II à fase III, o aluno terá de ser capaz de realizar movimentos respiratórios rápidos, sem desenvolver tensão muscular, evitando o mau uso das pregas vocais. Coordenar os movimentos musculares, próprios da inspiração e da expiração, com o alargamento da laringe e com a elevação do palato, permitirá ao aluno perceber qual o mecanismo muscular que lhe proporcionará preparar o início da actividade do Canto; neste momento poderá passar da fase III para a fase IV. A realização destes movimentos respiratórios com alargamento da laringe e elevação do palato num curto espaço de tempo, permitirão ao aluno preparar o corpo para reagir a inspirações no meio de frases musicais durante a prática/estudo de repertório; desenvolvida esta capacidade, o aluno poderá passar da fase IV para a fase V do exercício respiratório. A fase VI, deste exercício respiratório, pretende que o aluno alie ao estudo e desenvolvimento muscular, descrito anteriormente, a fonação. O domínio sobre a musculatura envolvida nos processos respiratórios permitirá ao aluno cantar exercícios de vocalizos em “br” sem crispação muscular, caso contrário ele não será capaz de cumprir este exercício; uma vez que a crispação muscular tensiona a musculatura da face e não deixa os lábios fazerem a vibração necessária para a execução desse som (“brrr”). Esta última fase do exercício, poderá ser realizada também após a concretização da fase III, uma vez que neste ponto o aluno já deverá ser capaz de realizar fonação sem criar tensão muscular.

Para a realização desta exercitação respiratória, há a preocupação da presença de uma postura adequada. Esta postura é também essencial para o acto do Canto. Cantar requer recursos técnicos complexos e dependentes do bom estado de um instrumento, que é o corpo humano. [MANÉN, 1981: 14] Por esta razão, a atenção à postura corporal do cantor deve ser redobrada e constante; desta forma, o cantor deve manter o corpo alongado. O peso do corpo é suportado pelas pernas que estão ligadas ao tronco por intermédio das ancas (bacia). Esta zona do corpo é facilmente alterada da posição correcta, quer por uma curvatura exagerada da zona lombar, quer pelo mau posicionamento das pernas. Segundo Manén (1981), o cantor pode aprender a controlar a sua postura fazendo uso da articulação que dispõem nas zonas flexíveis do corpo. [MANÉN, 1981: 15]

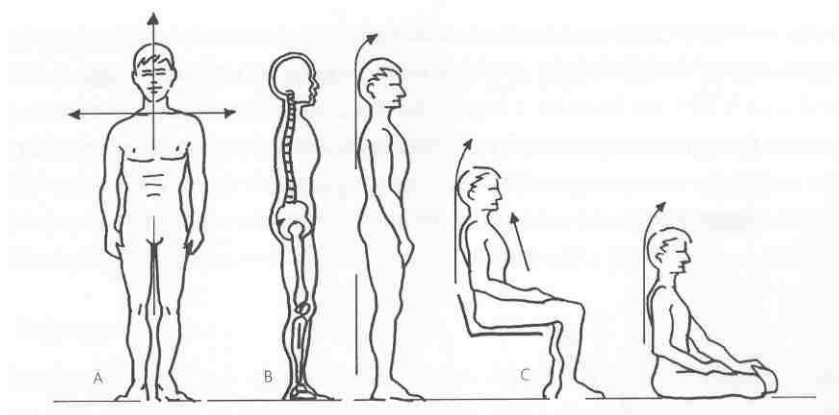
Figura n.º21 – Postura corporal: (a)antes dos ajustes das partes flexíveis do corpo; (b)depois dos ajustes correctos das partes flexíveis do corpo⁵⁸



Segundo GUIMARÃES (2007), “a finalidade do alinhamento postural é restabelecer o equilíbrio corporal no sentido de reduzir a tensão muscular, permitindo maior liberdade de acção dos mecanismos subjacentes à produção vocal”, acrescentando ainda que “quando o corpo está livre de tensões e o esqueleto consegue encontrar o seu alinhamento natural, muitas das outras tensões desaparecem, a função respiratória adapta-se, reflectindo-se positivamente na qualidade vocal.” [GUIMARÃES, 2007: 206] Neste sentido, é pedido aos alunos uma postura que cumpra com o alinhamento natural do corpo, como podemos verificar pela Figura nº22, apresentada abaixo.

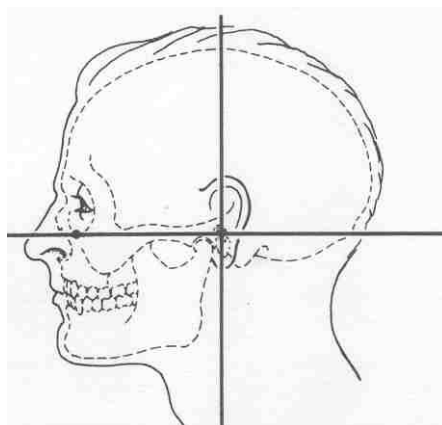
⁵⁸ Imagem retirada de [MANÉN, 1981: 15].

Figura n.º22 – Postura corporal adequada, segundo Guimarães (2007)⁵⁹



Segundo Manén (1981), quando a postura corporal correcta é alcançada, a cabeça e o pescoço adquirem o alinhamento demonstrado na figura apresentada de seguida:

Figura n.º23 – Equilíbrio da cabeça numa postura correcta⁶⁰



Inicialmente, foi realizada uma avaliação diagnóstica com o propósito de observar e registar, em *Avaliação Diagnóstica do Desempenho do Aluno* (Anexo III), o estado de desenvolvimento do aluno em relação à coordenação motora dos aparelhos respiratório e fonador. Depois, foi registado para cada aula quais as fases do exercício respiratório executadas, qual o reportório estudado, bem como registadas as observações relativas aos dois pontos anteriores (mencionando alterações relevantes na conduta e desenvolvimento do aluno no decorrer da aula) [Anexo II]

⁵⁹ Imagem retirada de GUIMARÃES (2007: 207)

⁶⁰ Imagem retirada de MANÉN (1981: 16)

Os parâmetros considerados nas avaliações diagnóstica e periódicas referiram-se à Postura Corporal, ao Desempenho Respiratório e ao Desempenho Vocal. Estes parâmetros subdividiram-se em subparâmetros, de acordo com o quadro apresentado em seguida.

Quadro n.º8 – Parâmetros e Subparâmetros considerados nas avaliações Diagnóstica e Periódicas

Parâmetros	Subparâmetros
1. Postura corporal	1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca
	1.2. Braços alinhados com o tronco
	1.3. Costas erectas
	1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal
2. Desempenho respiratório	2.1. Execução do exercício respiratório
	2.2. Expansão respiratória
	2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração
	2.4. Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração fonatória:
	2.4.1. estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração
	2.4.2. trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos músculos que constituem o apoio vocal
	2.5. Duração da Expiração fonatória
3. Desempenho vocal	3.1. Afinação
	3.2. Impostação vocal
	3.3. Legato
	3.4. Execução de dinâmicas

Com o objectivo de registar (para posterior consulta, análise e reflexão), os acontecimentos da aula de Canto, referentes ao PE, foi criado o *Quadro de registo de exercício respiratório e reportório executados na aula de Canto* (Anexo II) onde se descreveram, quer o reportório trabalhado, quer todas as evidências observadas. Também foram realizadas duas avaliações periódicas, uma em Março e outra em Junho, presentes em *Avaliação periódica do Desempenho do aluno* (Anexo IV). Para que fosse possível a comparação entre os três momentos, foram considerados sempre os mesmos parâmetros e subparâmetros. E estes foram:

- **Postura corporal:** pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca; braços alinhados com o tronco; costas erectas; pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal.
- **Desempenho respiratório:** Execução do exercício respiratório; Expansão respiratória; Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração; Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração fonatória (estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração fonatória e trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos músculos que constituem o apoio vocal); Execução de frases musicais completas.
- **Desempenho vocal:** afinação; impostação vocal; legato; execução de dinâmicas.

Para que o desempenho vocal durante a prática de repertório fosse também observado e registado no DAPE, foi definido para cada aluno uma peça a ser estudada ao longo de toda a implementação do PE, servindo de pivô à observação da evolução dos alunos na sua prática vocal de Canto Lírico. Esta escolha de repertório foi feita de forma a tornar mais fácil a observação de progressos por parte dos alunos, considerando dimensões do desempenho vocal relacionadas com a actividade respiratória (legato; impostação; execução de frases longas; exercitação de intervalos com auidade de afinação e sem portamentos).

Por último, foi realizada, a cada aluno e em momento posterior à conclusão do PE, uma entrevista semi-estruturada. Para a sua realização foram construídos o *Guião da Entrevista semi-estruturada* (Anexo I) e o *Quadro Organizador do Guião da Entrevista semi-estruturada* (Quadro n.º5), já apresentados.

Assim, e em conclusão, o procedimento que se adoptou, conforme explicitado na Figura n.º 20, foi:

- a) Avaliação diagóstica (1ª aula);
- b) Aplicação do exercício respiratório em todas as aulas, com:

- I) Registo sistemático da aplicação do exercício respiratório;
 - II) Registo sistemático do reportório executado;
 - III) Registo sistemático da evolução do aluno;
 - IV) Registo de outras observações tidas por relevantes.
- c) Primeira avaliação periódica;
- d) Aplicação do exercício respiratório em todas as aulas, com:
- I) Registo sistemático da aplicação do exercício respiratório;
 - II) Registo sistemático do reportório executado;
 - III) Registo sistemático da evolução do aluno;
 - IV) Registo de outras observações tidas por relevantes.
- e) Segunda avaliação periódica;
- f) Entrevista.

2. Apresentação dos Dados Recolhidos e Análise dos Resultados

Neste ponto 2 da Dimensão Empírica do DAPE, apresentam-se e analisam-se os resultados obtidos e registados durante a concretização do PE. São abordados quatro temas: o *Desenvolvimento nas aulas*; a *Avaliação Diagnóstica e Periódica*; o *Testemunho Recolhido nas Entrevistas*; a *Síntese Crítica dos Resultados*. Em cada um dos temas procede-se a uma apresentação dos dados e a uma análise dos resultados. Por fim, são feitas considerações sobre os resultados obtidos que resultam numa *Síntese Crítica dos Resultados*.

Do desenvolvimento de todo o processo resultaram os (i)registos sobre o desenvolvimento nas aulas; os (ii)resultados das avaliações diagnóstica e periódicas; e os (iii)testemunhos dos alunos.

Relativamente aos dados inscritos nos registos sistemáticos de aula, podemos dizer que resultaram de um esforço descritivo que tornasse patente aquilo que foi a minha percepção do ocorrido em cada período que trabalhei com os alunos no contexto das actividades de ensino-aprendizagem. É, assim, a partir dessa dimensão descritiva que procuraremos identificar a forma como os alunos evoluíram nas diferentes fases do exercício respiratório proposto, bem como os resultados obtidos através da aplicação da aprendizagem na prática de estudo de reportório.

Relativamente à avaliação diagnóstica e avaliações periódicas, procuraremos, por via da análise dos resultados da avaliação quantitativa, verificar a evolução ao nível de cada um dos parâmetros e subparâmetros.

Por último, relativamente ao testemunhos, a partir da análise das transcrições das entrevistas, propomo-nos verificar qual o grau de consciencialização sobre a relação do processo respiratório com a actividade fonatória, que resultou de todo o processo desenvolvido, bem como qual a evolução quanto à postura, confiança e atitude perante a sua vocalidade.

Para abordar a análise dos dados obtidos, sobretudo os relativos aos registos sistemáticos de aula e testemunhos, partimos da abordagem de Guerra (2006), segundo a qual, a “análise de conteúdo tem uma dimensão descritiva que visa dar conta do que nos foi narrado e uma dimensão interpretativa que decorre das interrogações do analista face a um objecto de

estudo, com recurso a um sistema de conceitos teórico-analíticos (...).”
[GUERRA, 2006: 62]

Assim, e no contexto da análise e reflexão em torno dos dados resultantes deste trabalho, a dimensão descritiva e a dimensão interpretativa vão cruzar-se, assumindo sempre como horizonte conceptual teórico-analítico a informação presente na primeira parte – Dimensão Teórica. Foi a partir deste contexto que se procurou constituir uma síntese crítica dos resultados, que encerra o ponto 2 da Dimensão Empírica, onde se enunciam as constantes identificadas, as preocupações que acompanharam o processo de implementação do PE, as limitações do estudo (impostas pelas circunstâncias, bem como pelas opções metodológicas). Aborda-se, ainda, a importância do desenvolvimento do PE e da construção do DAPE como oportunidade e meio de desenvolvimento profissional da autora.

Em todo o ponto 2, e tomando como boa a opinião de Bassey, que defende que “o facto de um estudo poder ser relatado é mais importante do que a possibilidade de ser generalizado” [BASSEY, 1981: 85 citado por BELL, 1997: 24], procuramos descrever os processos através de registos que fossem suficientemente pormenorizados, de forma a que qualquer professor que trabalhe numa situação semelhante, possa partilhar desta experiência; procurámos interpretar os dados; procurámos compreender mais profundamente a complexidade própria dos processos em causa e a evolução dos alunos, mas nunca numa atitude de generalização, o que decorre da natureza das opções metodológicas assumidas.

2.1. Desenvolvimento das Aulas

Nesta parte do DAPE expõem-se, num primeiro momento, os registos construídos após cada aula de Canto, de cada um dos alunos objecto de estudo no PE. Com esse fim, são apresentados os quadros de registo sistemático da actividade de Aula de Canto de cada aluno, no ponto 2.1.1.; num segundo momento, no ponto 2.1.2., procede-se à análise desses registos.

Como já foi referido, os registos sistemáticos de aula, resultaram de um esforço descritivo que tornasse patente aquilo que foi a minha percepção do ocorrido em cada período que trabalhei com os alunos. O objectivo, como já ficou também explicitado acima, foi o de proceder a uma descrição dos processos e dos eventos através de registos que fossem suficientemente pormenorizados, de forma a que qualquer professor que trabalhe numa situação semelhante, possa partilhar desta experiência. Posteriormente, no fim de todo o processo de registo, e com base na leitura de todo o material construído, foi possível analisar o percurso de cada aluno, reflectir sobre ele e verificar a evolução nas diferentes fases do exercício respiratório. Foi ainda possível constatar resultados dessa evolução na prática de estudo de reportório.

2.1.1. Apresentação dos Registos

Com o objectivo de registar pormenorizadamente, no fim de cada aula, os exercícios e reportório realizados, assim como o desempenho dos alunos e os resultados alcançados, construiu-se o *Quadro de Registo sobre a Execução do Exercício Respiratório e do Reportório Estudado na Sala de Aula*. Identificamos as seguintes dimensões a merecerem registo: (i) enumeração das fases do exercício respiratório aplicadas naquela aula em particular; (ii) identificação do reportório estudado naquela aula em particular; (iii) descrição/observações do ocorrido.

Depois de construído o quadro, foi necessário reflectir sobre qual a forma de melhor o preencher diariamente. Para o efeito, segui os conselhos de Bogdan e Biklen (1994), (i) certificando-me de que aquilo que registei é de uma natureza tal que não haveria qualquer problema que os sujeitos vissem, e (ii) “evitando andar sempre de papel e lápis na mão.” [BOGDAN, 1994: 130] Assim, registou-se tudo após a saída do aluno da sala de aula, não formulando por escrito juízos que pudessem ferir a susceptibilidade dos alunos (caso eventualmente os vissem); centrou-se toda a descrição nos elementos tidos como mais relevantes para o estudo. Justificam-se estas opções, neste contexto, porque:

- os alunos, ao aceitarem participar no estudo, depositaram confiança na professora;
- o confronto, ainda que casual, com o registado (juízos sobre o desempenho do aluno), poderia abalar a confiança e pôr em causa a relação pedagógica;
- não faria sentido interromper a aula para tomar apontamentos porque, por um lado, esse comportamento reduziria o tempo útil de aula e obstaria ao normal desenvolvimento pedagógico-didactico desta, por outro lado, estaria a lembrar permanentemente ao aluno que estava a ser observado como objecto de estudo, o que para alunos com pouca experiência poderia comportar alterações de desempenho ou mesmo bloqueio.

De resto, e face às características psicológicas e comportamentais dos quatro alunos integrados no estudo, marcadas pela pouca confiança e pelo receio do contacto com elementos externos à aula, foi claro, desde o início, que seria de evitar qualquer opção que os inibisse, reduzindo a sua segurança e a sua confiança.

Passamos então à apresentação dos registos.

2.1.1.1. Quadro de Registo sobre a Execução do Exercício Respiratório e do Reportório Estudado na Sala de Aula – Alexandra

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno:Alexandra Data: 19/ 01/2010 Aula nº1						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado	Aula de apresentação. Avaliação diagnóstica.					
Observações	Diálogo sobre o programa da disciplina de Técnica Vocal e Reportório em estudo, objectivos a cumprir e expectativas pessoais relativas à actividade de Canto. Explicação sobre o PE e a possibilidade de incluir a aluna no estudo. A Alexandra demorou a preparar-se para a aula: pousou a carteira e a pasta, arrumou o casaco, tirou a pasta das partituras, voltou a mexer no casaco, veio para perto do piano e falou sobre a experiência que teve com outros professores. Começamos a realizar o exercício respiratório, que foi interrompido várias vezes por vontade da aluna em acrescentar algo à sua narrativa. Houve muita dificuldade de concentração. A aluna tem uma boa propriocepção, mas não teve muita atenção à sua postura durante o aquecimento respiratório e vocal nem durante o estudo de reportório. Percebe e executa bem a inspiração e expiração, no entanto mostrou pouca coordenação muscular na actividade expiratória. O controlo muscular nesta fase da respiração é difícil.					

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno:Alexandra Data: 26/01 /2010 Aula nº2						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Faltou.					


Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno:Alexandra Data: 02/02 /2010 Aula nº3						
---	--	--	--	--	--	--

Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X				
Reportório estudado	Vidit suum dulcem natum – Pergolesi Sento nel Core - Scarlatti					
Observações	A aluna reagiu bem aos exercícios. Não teve dificuldade em compreender e executar. Tem uma boa expansão respiratória apesar de ainda apresentar pouca coordenação muscular na expiração. Frequentemente tem de parar, não é capaz de fazer o exercício ininterruptamente. No estudo de reportório, nem sempre há uma boa utilização da musculatura do apoio vocal. A voz é debil. Nesta aula, a Alexandra não interrompeu tantas vezes, quer o exercício respiratório quer o estudo de reportório. Colocou algumas dúvidas sobre o funcionamento muscular envolvido no processo respiratório					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno:Alexandra Data: 09/ 02/2010 Aula nº4						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Masterclasse com Professor Brito e Cunha.					

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno:Alexandra Data: 23/ 02/2010 Aula nº5							
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI	
	X	X					
Reportório estudado	<i>Sento nel Core - Scarlatti</i> <i>Domine Deus - Vivaldi</i>						
Observações	A aluna realizou bem os exercícios. Reconheceu os exercícios e mostrou preocupação em perceber todo o processo, fazendo perguntas sobre o funcionamento do aparelho respiratório. Os vocalizos foram realizados com mais leveza, não pesando em cada nota. O ataque das notas agudas não está tão “duro”, o som está mais doce assim como já não faz constantes portamentos no início de frase. Tem mais facilidade em realizar frases longas, embora ainda necessite de respirar com alguma frequência a meio da frase musical. A Alexandra parece não lidar bem com a capacidade de realizar uma expiração longa. Ainda não tem a disciplina de inspirar apenas nos sítios marcados.						
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Alexandra Data: 02/03 /2010 Aula nº6							
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI	
	X	X	X				
Reportório estudado	<i>Sento nel Core - Scarlatti</i> <i>Quando m'en vo - Puccini</i>						
Observações	As fases um e dois, do exercício respiratório, foram realizadas com naturalidade. Já a aplicação da fase três resultou em tensão muscular – elevação da zona torácica superior. A respiração ficou “presa” e a aluna começou a curvar as costas e a desalinhar a cabeça para realizar o exercício. Para compensar as tensões criadas, voltamos ao exercício um e percorremos toda sequência do exercício respiratório, mas agora de forma mais gradual, incentivando a aluna a						

	manter uma postura erecta e procurando trabalhar apenas a musculatura necessária. Precisa de desenvolver a resistência essencial à prática de <i>legato</i> em toda a peça. Os vocalizos foram mais leves. O ataque das notas agudas não está tão “duro”, o som está mais doce. A Alexandra acentua demasiadamente as consoantes.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Alexandra Data: 09 / 03/2010 Aula nº7						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X			
Reportório estudado	<i>Vidit suum dulcem natum</i> – Pergolesi <i>Sento nel Core</i> – Scarlatti <i>Quando m'en vo</i> – Puccini <i>Domine Deus</i> – Vivaldi					
Observações	As Fases I e II são realizados com maior naturalidade, e a Fase III já não causou tantas tensões como na aula anterior. A aluna tem vindo a desenvolver a capacidade de articular consoantes sem interromper o som, no entanto, ainda há muito trabalho a desenvolver no <i>legato</i> da voz.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Alexandra Data: 16 / 03/2010 Aula nº8						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X			
Reportório estudado	<i>Du Ring an meinem Finger</i> – Schumann <i>Vidit suum dulcem natum</i> – Pergolesi					
Observações	Os exercícios foram encarados com naturalidade. Há uma boa articulação de consoantes, mas ainda não um constante <i>legato</i> . Por vezes ainda interrompe o som sem outra razão que não a falta de resistência respiratória. Os resultados vocais melhoraram quando pedida intenção dramática. Ainda há dificuldade em realizar frases ritmico-melódicas longas, mas a Alexandra, quando concentrada, já mostra melhorias nesta área.					

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Alexandra Data: 23/03/2010 Aula nº9						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X		
Reportório estudado	Sento nel Core - Scarlatti Du Ring an meinem Finger - Schumann					
Observações	A aluna assume a ordem das diferentes Fases do exercício respiratório e, naturalmente, começou a realizar a Fase IV. Houve uma maior preocupação em dispendir pouco ar na expiração fonatória. Isto gerou alguns resultados – maior expansão intercostal, mas ainda não foi regular havendo, por vezes, algum descontrolo nos movimentos envolvidos neste processo.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Alexandra Data: 13/04 /2010 Aula nº10						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X		

Reportório estudado	Du Ring an meinem Finger - Schumann Quando m'en vo – Puccini Vidit suum dulcem natum – Pergolesi Domine Deus - Vivaldi (estudo de reportório com pianista)					
Observações	As diferentes Fases do exercício respiratório foram realizados com naturalidade, sem criação de tensão. A aria de oratório esteve francamente melhor, mais calma, sem ataques de glote, sem portamentos, as frases foram realizadas com mais facilidade e a variação de dinâmicas surgiu com naturalidade pela interpretação do texto.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Alexandra Data: 20 /04 /2010 Aula nº11						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	
Reportório estudado	Quando m'en vo - Puccini					
Observações	Em semelhança com o que aconteceu com a introdução da Fase III, também com a Fase V a aluna desenvolveu tensões musculares que tiveram de ser contornadas e resolvidas. A aluna não estava bem de saúde (dores de cabeça e febre) e a aula foi interrompida.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Alexandra Data: 27 / 04/2010 Aula nº 12						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	
Reportório estudado						
Observações	Por motivo de atraso da aluna, a aula foi curta. Realizaram-se exercícios técnicos de respiração e aquecimento vocal. O exercício respiratório foi executado com destreza.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Alexandra Data: 04/ 05/2010 Aula nº13						
Fase do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X
Reportório estudado	Domine Deus – Vivaldi					
Observações	Não manifestando qualquer dificuldade em realizar as primeiras cinco fases do exercício respiratório, avançamos para a fase VI. Desta forma, os primeiros vocalizos desta aula (arpejo com intervalo de oitava) foram realizados com "brrr" em substituição das vogais habituais:  A aluna reagiu bem e encontrou mais espaço vocal, a elevação do palato foi francamente mais eficaz, após chamada à atenção para a necessidade de realizar estes vocalizos com a musculatura do apoio activa. A concretização de frases longas é agora mais segura e regular.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Alexandra Data: 11 /05 /2010 Aula nº14						
Fases do	I	II	III	IV	V	VI

exercício respiratório aplicadas	X	X	X	X	X	X
Reportório estudado	As três Redondilhas de Camões– Croner de Vasconcelos					
Observações	Nesta aula, e não só durante o exercício respiratório mas também no aquecimento vocal e no estudo de reportório, foi dada especial atenção à preparação do apoio vocal. Por várias vezes, foi solicitado à aluna que realizasse uma inspiração rápida (com alargamento intercostal e expansão abdominal) seguida de contração abdominal. O som resultante foi mais estável. A Alexandra percebeu a dicotomia do movimento abdominal (contração/expansão) e aplicou-a à sua prática vocal.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Alexandra Data: 18 /05 /2010 Aula nº 15						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X
Reportório estudado	Estudo do reportório com pianista.					
Observações	As diferentes fases do exercício respiratório foram várias vezes repetidas durante a prática de reportório, com o objetivo de retomar a utilização muscular do apoio. O reportório foi executado de forma consciente no que refere à utilização da musculatura do processo respiratório envolvido na prática do Canto. A aluna já encontra as suas próprias soluções quando identificado um problema. Muitas vezes nem deixa que lhe indique o que tem de melhorar – diz por palavras suas e indica imediatamente a solução que pensa ser melhor para a resolução do erro ou dificuldade.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Alexandra Data: 25 / 05/2010 Aula nº 16						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X
Reportório estudado	Domine Deus – Vivaldi In uomini, in soldati - Mozart					
Observações	As diferentes fases do exercício respiratório foram realizadas com naturalidade, a aluna assume a sequência e toma a decisão de seguir para a fase seguinte. A realização dos exercícios I e II foram de sua iniciativa, partindo da Alexandra a iniciativa de iniciar a aula. A aula foi dedicada ao desenvolvimento técnico. O reportório foi executado em diferentes vogais. As dificuldades encontradas são identificadas pela aluna que questiona sobre qual seria a razão e a possível solução.					

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Alexandra Data: 01 /06 /2010 Aula nº 17						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X
Reportório estudado	Domine Deus – Vivaldi In uomini, in soldati - Mozart					
Observações	Exercícios realizados com facilidade.					

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Alexandra Data: 08/06/2010 Aula nº 18						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X
Reportório estudado	<i>Domine Deus – Vivaldi</i> <i>In uomini, in soldati – Mozart</i> <i>(Passagem de reportório com pianista)</i>					
Observações	Exercícios realizados com facilidade. A aluna mostrou franca melhoria na realização de frases longas. Por vezes ainda há falta de direcção vocal, que recupera mas não consegue manter na execução de uma peça inteira.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Data: 15 / 06/2010 Aula nº 19						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X
Reportório estudado						
Observações	A Alexandra foi capaz de realizar as diferentes fases do exercício respiratório com muita facilidade. Demonstrou iniciativa e vontade de fazer o exercício, assumindo uma actitude crítica relativamente à sua performance. Marcação de reportório para estudo nas férias, com o objectivo de fazer exame final no próximo ano.					

2.1.1.2. Quadro de Registo sobre a Execução do Exercício Respiratório e do Reportório Estudado na Sala de Aula – Caroline

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 02 /02/2010 Aula nº1						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado	Aula de apresentação. Avaliação diagnóstica.					
Observações	Diálogo sobre o programa em estudo, objectivos a cumprir e expectativas pessoais relativas à actividade de Canto. Explicação sobre o PE e a possibilidade de incluir a aluna no estudo. A Caroline executou tudo o que foi realizado na aula (vocalizos e ária <i>Che faró</i> de Gluck) com enorme tensão muscular. A sua postura é inconstante, está sempre a mexer braços e cabeça (que está sempre inclinada para um dos lados). Em nenhum momento a aluna teve a cabeça e o pescoço alinhados com a espinha dorsal. Toda a musculatura envolvida na expiração fonatória está “presa”, levando a Caroline a fazer tudo em força. Faz constantes ataques de glote (no início e no meio de frases). Tem uma extensão vocal muito curta (láb-índice2 a ré-índice4).					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 09/02 /2010 Aula nº 2						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Masterclasse com Professor Brito e Cunha.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 23/ 02/2010 Aula nº 3						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado	O Cessate di Piagarmi - Scarlatti					
Observações	Tudo é feito em força com vontade de dominar todos os movimentos. Ao iniciar a observação à sua respiração, a Caroline interferiu de forma errada nos movimentos respiratórios. Quando chamada à atenção corrigiu imediatamente. A ansiedade de corresponder às diferentes solicitações suplanta a calma que fui pedindo e à qual a aluna tentou corresponder, mas não conseguiu. Compreendeu os movimentos que deveria fazer na inspiração e expiração, mas não teve calma suficiente para aprofundar a observação do corpo e desenvolver a fase II do exercício respiratório. O ataque das notas agudas é muito “duro”, o som é agressivo, estridente e resultante de uma enorme tensão muscular. A sua leitura musical é muito boa, a aluna também compreende bem os movimentos que deveria fazer para a obtenção de um apoio vocal eficaz, mas não é capaz de os fazer correctamente, resultando em críspação muscular.					

	Em todo o tempo de aula, a Caroline mostrou-se preocupada em ter uma boa postura. Apesar de demonstrar estranheza, recorreu com frequência ao espelho presente na sala de aula.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 02 /03/2010 Aula nº 4						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X				
Reportório estudado	O Cessate di Piagarmi - Scarlatti					
Observações	Ainda há muita ansiedade. A Caroline não é capaz de fazer movimentos respiratórios profundos. Facilmente faz uma respiração apenas superior, quase sem intervenção abdominal. Há ainda muita aspreza vocal. O som produzido é estridente, glótico. A vontade da aluna em obter resultados é tão grande que não consegue sequer ouvir o que lhe digo. A comunicação professor-aluno foi muito difícil nesta aula.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 09/03 /2010 Aula nº 5						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X				
Reportório estudado						
Observações	Houve mais facilidade em realizar as duas fases do exercício respiratório. A aluna procurou manter-se mais calma. Nesta aula, foi dedicado quase todo o tempo à explicação e compreensão dos movimentos respiratórios. Depois de sensibilizada para a necessidade de realizar uma boa respiração (conversa em que expliquei à aluna a importância da estabilidade emocional para o exercício do Canto), de saber controlar a expiração sem gerar tensões desnecessárias, a aluna obrigou-se a ter mais calma. Procurou ouvir e compreender as minhas instruções, recorrendo ao espelho de forma autónoma. Apenas tivemos tempo de vocalizar, mas já se notaram pequenas diferenças, como menor críspação vocal e o início de frase sem portamentos e com intervenção glótica menos frequente.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 16/03 /2010 Aula nº 6						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X				
Reportório estudado	Vittoria, vittoria! – Carissimi O Cessate di Piagarmi – Scarlatti					
Observações	As duas fases do exercício respiratório, foram realizadas de forma mais orgânica. A Caroline procura sentir os movimentos colocando as mãos nos abdominais e intercostais, como que querendo associar uma sensação externa a uma sensação interna. Ainda há alguma críspação vocal, especialmente no início de frases. Já não necessita de estar constantemente a interromper a frase rítmico-melódica para respirar e manifesta vontade de concretizar a frase sem respirar para uma melhor interpretação dramática.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 23/03 /2010 Aula nº 7						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X				

Reportório estudado	Vittoria, vittoria! - Carissimi Inda que o Lume se apague – F. Lacerda					
Observações	A aluna assumiu o seu lugar na sala de aula em frente ao espelho, mantendo interesse na sua postura corporal durante todo o decorrer da aula. Realiza as duas fases do exercício respiratório com naturalidade - há claramente trabalho de casa, nota-se um desenvolvimento considerável da capacidade respiratória e da sua consciência sobre os movimentos. A coluntura da aria antiga obrigou a que a aluna relaxe a sua vocalidade e pensasse apenas em produzir som, sem se preocupar em como o iria fazer – o resultado foi consideravelmente melhor não havendo crispação muscular, resultando num som menos “duro” e mais dúctil. A canção protuguesa teve como propósito obrigar a aluna a preparar o início da peça (em ré índice4). A aluna foi capaz de compreender o movimento muscular necessário para a preparação do ataque vocal. E após exercitação dos movimentos sem produção de som, a Caroline conseguiu fazer um bom ataque da nota, sem intervenção glótica. Ainda existem tensões desnecessárias na sua vocalidade, mas muito menos intensas que as verificadas em aulas anteriores.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 13/04/2010 Aula nº 8						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I X	II X	III X	IV	V	VI
Reportório estudado	Vittoria, vittoria! - Carissimi O Cessate di Piagarmi - Scarlatti					
Observações	Os dois primeiros exercícios foram concretizados com facilidade. A fase III do exercício respiratório, inicialmente, foi realizada com o movimento de barriga para dentro na expiração, mas com flacidez abdominal. Após pequenas correcções a aluna realizou bem esta Fase do exercício respiratório. O início do O Cessate di Piagarmi ainda está muito duro, na primeira vez que canta. A aluna ainda não consegue prever a preparação física necessária para realizar o início da ária. Mas das vezes seguintes que cantou a ária tudo decorreu com menos tensão. Ainda há muita tensão para retirar do processo respiratório e fonador, mas já há também resultados relevantes na consciencialização da presença dessa mesma tensão assim como sobre a concretização dos processos musculares necessários à actividade do Canto.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 20 /04 /2010 Aula nº 9						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I X	II X	III X	IV	V	VI
Reportório estudado	Inda que o lume se apague – F. Lacerda El Carbonero – Cristobal Hallfter					
Observações	A Caroline assumiu a sequência de exercícios. A escolha da segunda peça foi feita em função da necessidade da aluna em perder medo dos agudos que já faz em vocalizos com relativa facilidade, mas inibe-se de os fazer em reportório pelo simples facto de saber as notas que tem de cantar (acompanha pela partitura). Como os agudos desta peça são de passagem e aparecem maioritariamente por graus conjuntos, a voz é conduzida até ao agudo permitindo à Caroline desinibir-se na região aguda da voz. A aluna estava convencida de que não seria capaz. Ao constatar a sua capacidade de produzir som na região aguda da voz ficou radiante. Este som ainda foi muito duro e estridente, feito em força. Mas ao lembrar o processo respiratório e a musculatura que deveria ser solicitada os resultados melhoraram.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 27/ 04/2010 Aula nº 10						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I X	II X	III X	IV	V	VI

Reportório estudado	Inda que o lume se apague – F. Lacerda El carbonero – C. Hallfter					
Observações	Os exercícios foram realizados com facilidade. Houve uma iniciação ao exercício IV que foi bem aceite, mas a aceleração ainda foi muito pequena. A Caroline consegue perceber quando é capaz de fazer melhor. Toma a iniciativa de parar e recomeçar, procurando fazer um movimento muscular que a ajude a obter melhores resultados. Na execução de reportório, demonstrou maior facilidade em fazer o início da canção portuguesa (com ataque agudo), e os agudos da canção de Hallfter foram realizados com maior segurança.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 04 /05 /2010 Aula nº 11						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X		
Reportório estudado	El carbonero – C. Hallfter Inda que o lume se apague – F. Lacerda					
Observações	Foi dedicado algum tempo da aula à compreensão e execução do exercício IV. De início houve a tendência para curvar as costas, mas a exercitação foi realizada no sentido de manter a posição erecta durante todas as fases do exercício respiratório (“posição a ser mantida durante toda a aula de Canto”). Ficou combinada a execução das diferentes fases do exercício respiratório, todos os dias, até á próxima aula. Há uma maior familiarização com as peças. A aluna já se corrige, realiza frases completas sem interromper o fluxo respiratório e o início de cada peça é preparado de forma mais consciente.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 11/05/2010 Aula nº 12						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X		
Reportório estudado	O Cessate de Piagarmi - Scarlatti					
Observações	A aluna fez questão de realizar os exercícios sem a minha intervenção. Quando lhe mencionei algo que deveria ser feito de outra forma, fez questão de dizer qual o movimento a ser assumido – as suas correcções foram sempre correctas. Apesar de notoriamente ansiosa por mostrar melhorias, a Caroline já controla melhor os seus movimentos musculares, não desenvolvendo tensões excessivas. Ainda é necessário trabalhar o relaxamento, mas os resultados dos exercícios respiratórios já aparecem de forma explícita. A aluna inicia a ária sem forçar a primeira nota, há uma preparação da respiração para produzir o primeiro som que é realizado sem intervenção da glote; as frases já são realizadas sem haver interrupção do fluxo de ar; não canta nota a nota executando frases musicais com ligeiras variações de dinâmica. Começa a aparecer o legato, juntamente com a estabilidade fonatória.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 18/ 05/2010 Aula nº 13						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	

Reportório estudado	El Carbonero – C. Hallfiter Inda que o Lume se apague – F. Lacerda O Cessate di Piagarmi - Scarlatti					
Observações	A execução da fase V do exercício respiratório exigiu que chamasse a aluna à atenção para o seu estado de ansiedade. Acalmou-se imediatamente e procurou ouvir as instruções. Realizou o exercício com relativa facilidade, apesar de no início começar por realizar uma respiração demasiadamente elevada. Respondeu bem ao pedido de baixar a respiração aprofundando os movimentos respiratórios. No estudo de reportório, a aluna foi corrigindo as suas falhas, procurando respostas nos movimentos respiratórios.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 25/05/2010 Aula nº 14						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	
Reportório estudado	Connais-tu les pays – A. Thomas					
Observações	A aluna não criou tensões musculares e realizou a fase V do exercício respiratório sem apresentar dificuldades. No estudo de reportório, reagiu bem à linha melódica. Teve alguma dificuldade nos agudos (fá índice4 sustentado), mas percebeu o que deveria fazer muscularmente para obter um som menos “duro”. De notar que mesmo quando fez o agudo de forma abrupta não houve intervenção da glote. A Caroline gostou muito de ter uma ária de ópera no seu reportório (demonstrou que sentia esta peça como um recompensa pelo seu trabalho).					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 01/ 06/2010 Aula nº 15						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X
Reportório estudado	Connais-tu les pays – A. Thomas					
Observações	Exercícios realizados com facilidade. A introdução da fase VI do exercício respiratório foi encarada com naturalidade. A Caroline apresentou pequenas dificuldades em executar os exercícios de vocalizo com o som “brrr” – com vibração labial, que foram sendo ultrapassadas (pela explicação e demonstração). Na ária de ópera, a Caroline fez diferentes dinâmicas sem crispação vocal.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Caroline Data: 08/06/2010 Aula nº 16						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X
Reportório estudado	O Cessate di Piagarmi - Scarlatti Connais-tu les pays – A. Thomas (Passagem de reportório com pianista)					
Observações	O exercício respiratório foi realizado com facilidade. Iniciamos os vocalizos com “brr”. A aluna não reagiu tão bem como na última aula a esta fase do exercício. Considerei que seria melhor manter a aula num alinhamento que lhe era mais familiar. A Caroline reagiu muito bem à junção com o piano. A sua interpretação dramática ajudou no som produzido, sobre o qual teve notória preocupação de construir sobre a respiração. Nem sempre os resultados foram os que pretendia, mas foi fazendo perguntas sobre o que teria corrido mal e contribuindo para encontrar respostas de possíveis soluções. A sua atitude perante o erro foi muito positiva.					

<p>Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto</p> <p>Nome do Aluno: Caroline</p> <p>Data: 15/06/2010 Aula nº 17</p>						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X
Reportório estudado						
Observações	<p>A fase VI do exercício respiratório foi realizado com segurança. A Caroline desenvolveu, notoriamente, trabalho em casa. O seu domínio sobre os processos musculares envolvidos na respiração e presentes na prática de Canto são agora encarados com maior naturalidade. Os resultados que obteve na sua prática de reportório são visíveis. Ainda há alguma tendência á tensão muscular. Mas a própria aluna tenta contrariar, recorrendo ao relaxamento proveniente da inspiração completa/profunda.</p> <p>Marcação de reportório para estudo nas férias.</p>					

2.1.1.3. Quadro de Registo sobre a Execução do Exercício Respiratório e do Reportório Estudado na Sala de Aula – Luís

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 19/01/2010 Aula nº 1						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Faltou.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 26/01/2010 Aula nº 2						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado	Aula de apresentação. Avaliação diagnóstica.					
Observações	Diálogo sobre o programa em estudo, objectivos a cumprir e expectativas pessoais relativas à actividade de Canto. Explicação sobre o PE e a possibilidade de incluir o aluno no estudo. Em nenhum momento da aula o Luís teve uma postura corporal estável. O mais notório é a posição da cabeça que está sempre ligeiramente inclinada para trás. Mesmo quando chamado à atenção, o aluno nunca corrige totalmente. Há muita tensão muscular na sua vocalidade, estando o queixo constantemente presente ajudando a criar grandes tensões vocais. Esta esgotante presença de tensão na expressão vocal do aluno resulta, frequentemente, em dinâmicas muito fortes.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 02/02/2010 Aula nº 3						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X				
Reportório estudado	Eja Mater, Stabat Mater – Pergolesi					
Observações	O Luís realizou bem as duas fases do exercício respiratório. Todos os seus sons são construídos sobre uma enorme tensão muscular. Não consegue iniciar um som sem portamento, fazendo uso deste de cada vez que tem um intervalo grande entre notas. Notou-se uma maior preocupação com a postura, questionando frequentemente sobre o seu alinhamento corporal, tentando corresponder às indicações dadas.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 09/02/2010 Aula nº 4						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI

Reportório estudado						
Observações	Masterclasse com Professor Brito e Cunha.					
<p align="center">Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto</p> <p align="center">Nome do Aluno: Luís</p> <p align="center">Data: 23/02/2010 Aula nº 5</p>						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X				
Reportório estudado						
Observações	<p>Realizou os exercícios com facilidade. No entanto, tende a desligar-se destes movimentos quando inicia o acto da fonação.</p> <p>O aluno chegou atrasado. A aula foi muito curta, só vocalizamos.</p>					
<p align="center">Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto</p> <p align="center">Nome do Aluno: Luís</p> <p align="center">Data: 02/03/2010 Aula nº 6</p>						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Faltou.					
<p align="center">Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto</p> <p align="center">Nome do Aluno: Luís</p> <p align="center">Data: 09/03/2010 Aula nº 7</p>						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X			
Reportório estudado	<p><i>Eja Mater</i> – Pergolesi</p> <p>O del mio dolce ardor - Gluck</p>					
Observações	<p>As duas primeiras Fases do exercício respiratório foram realizadas com muita facilidade. A Fase III suscitou no aluno alguma curiosidade. Após perguntas do porquê do exercício, realizou-o com facilidade. Embora inicialmente tentasse executá-lo pela força, percebeu que o movimento se deveria centrar nos músculos abdominais.</p> <p>A segunda ária foi executada com muita tensão muscular. A crispação muscular é tanta que o Luis cerra os punhos enquanto canta e o queixo domina toda a sua vocalidade. Pedi que cantasse toda a ária com os intercostais em expansão total. Houve uma notória melhoria, mas ainda não tem resitência para o fazer durante toda a peça. A ária de oratório, por ser num registo menos agudo, não apresenta tanta crispação muscular, no entanto o queixo está muio presente na sua sonoridade. Foi feito o mesmo pedido ao aluno, ao qual correspondeu com resultados idênticos.</p> <p>Frequentemente, durante a prática de reportório, foi pedido ao Luís que realizasse exercícios respiratórios para promover o relaxamento, solicitação que foi correspondida com sucesso. No</p>					

	entanto, ao retomar a prática de reportório, o aluno adquire imediatamente uma postura tensionada chegando mesmo a cantar de punhos cerrados.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 16/03/2010 Aula nº 8						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X			X
Reportório estudado	Chanson d'amour – G. Fauré O del mio dolce ardor - Gluck					
Observações	Realizou as três primeiras fases do exercício respiratório com facilidade. Pedi que iniciasse o aquecimento vocal com “brrr”. O aluno não conseguiu. Expliquei-lhe que este exercício exigia relaxamento facial, que ele não conseguiu cumprir por suportar toda a sua vocalidade no queixo e numa tensão muscular por todo o corpo desnecessária. Expliquei-lhe como aplicar o desenvolvimento das suas capacidades respiratórias, obtido nos exercícios anteriores, durante a prática de Canto. Houve algumas melhorias mas não foram consistentes. O trabalho de casa foi treinar o “brrr”. O aluno ainda precisa de ser lembrado dos intercostais, sendo incapaz de manter a caixa torácica larga durante toda a prática de reportório.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 23/03/2010 Aula nº 9						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X			X
Reportório estudado	Chanson d'amour – G. Fauré O del mio dolce ardor - Gluck					
Observações	O Luís adquire, de forma autónoma a postura para o início da aula de Canto. Sendo que ainda tem de melhorar o alinhamento da cabeça e pescoço com a espinha dorsal. As três primeiras fases do exercício respiratório foram executadas com facilidade. Pedi que fizesse o primeiro exercício com “brrr”. Foi capaz de iniciar o exercício, mas ainda não consegue realizar esta fase com facilidade. Pedi, então, que fizesse o mesmo exercício mas com “nh”. Com este exercício o Luís percebeu como os músculos deveriam trabalhar para realizar o apoio. Apesar de não ser capaz de manter a mesma qualidade vocal ao longo de toda a prática de reportório, o Luís foi capaz de cantar sem recorrer frequentemente ao queixo, resultando num som mais doce e saudável. Praticamente não fez portamentos ou ataques de glote.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 13/04/2010 Aula nº 10						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X			X
Reportório estudado	Qui sedes ad dexteram Patris – Vivaldi Eja Mater – Pergolesi					
Observações	Os três primeiros exercícios foram realizados com facilidade. O aluno manifesta ainda dificuldade na sonorização de “brrr”, mas demonstra evolução sendo capaz de realizar partes maiores do encadeamento ritmico-melódico proposto. As duas árias foram, inicialmente, entoadas em “nh” e só depois cantadas com letra. O que resultou em menos tensão muscular.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 20/04/2010 Aula nº 11						
Fases do exercício	I	II	III	IV	V	VI

respiratório aplicadas	X	X	X	X		X
Reportório estudado	Eja Mater - Pergolesi					
Observações	As três primeiras fases do exercício respiratório foram realizadas com facilidade. A sonorização de “brrr” demonstra evolução ao nível do controlo da musculatura envolvida no processo de fonação. A introdução da fase IV do exercício respiratório não foi problemática. O aluno, depois de corrigido, deixou de fazer tensões desnecessárias. Pedi ao Luís que fizesse acentuações em partes específicas da ária. O primeiro impulso do aluno foi tensionar todo o corpo. Mas, quando chamado á atenção, soube recorrer à musculatura da respiração e desenvolver o apoio vocal necessário.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 27/04/2010 Aula nº 12						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Faltou.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 04/05/2010 Aula nº 13						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado	X	X	X	X	X	X
Observações	Voi che sapete - Mozart					
Observações	Realizou as cinco primeiras fases do exercício respiratório sem manifestar qualquer tipo de dificuldade. A execução da fase VI do exercício respiratório apresentou melhorias, mas o Luís ainda não consegue realizar o exercício sem criar tensão muscular. Inicialmente, na execução da ária de ópera, sustentou a produção de som no queixo, resultando em críspação. A preocupação em produzir muito som (necessidade auditiva de ouvir uma voz forte, operática) dificultou ao aluno a compreensão de que estava a voltar atrás na sua evolução. Pedi que entoasse a ária com “nh”. Compreendeu o movimento muscular a que deveria ter recorrido e corrigiu imediatamente, acrescentando posteriormente o texto.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 11/05/2010 Aula nº 14						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado	X	X	X	X	X	X
Observações	Chanson d’amour – G. Fauré Voi che sapete – Mozart					
Observações	O Luís realiza com facilidade as diferentes fases do exercício respiratório. Apesar de ainda não conseguir realizar indeterminadamente a fase VI do exercício respiratório, manifesta melhorias no domínio da musculatura da respiração necessária à execução desta fase do exercício. Houve melhorias na qualidade vocal. O aluno já identifica quanto reproduz um som críspado, mas ainda nao tem a iniciativa de se corrigir autonomamente, ou realizar os exercícios necessários para a obtenção de um som de melhor qualidade.					

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 18/05/2010 Aula nº 15						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X
Reportório estudado	Eja Mater – Pergolesi O del mio dolce ardor - Gluck Voi che sapete – Mozart (estudo de reportório com pianista)					
Observações	A presença de um elemento estranho à rotina da aula alterou a performance do Luís, havendo um retrocesso. No entanto, aceitou bem as correcções que fui fazendo e conseguiu ao longo da aula recuperar alguma da aprendizagem que tem vindo a desenvolver. Foi capaz de realizar diferentes dinâmicas, de acordo com a interpretação dramática que pretendia dar a cada peça.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 25/05/2010 Aula nº 16						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X
Reportório estudado	Eja Mater – Pergolesi					
Observações	A execução da fase VI do exercício respiratório ainda não é feita com naturalidade. O Luís reconhece quando produz um som mais crispado. Hoje perguntou sobre possíveis soluções para cada problema que encontrou na performance da peça.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 01/06/2010 Aula nº 17						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Faltou. (infecção pulmonar)					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Luís Data: 08/06/2010 Aula nº 18						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Faltou.					

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto						
Nome do Aluno: Luís						
Data: 15/06/2010 Aula nº 19						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X			X
Reportório estudado						
Observações	<p>A postura corporal do Luís está francamente melhor. A actitude que assume no início da aula e a disposição que manifesta para o exercício do Canto são muito mais energéticas e activas do que no início do nosso trabalho. No entanto, não faz uma correspondência assumida entre o desenvolvimento respiratório e a actividade fonatória.</p> <p>Fez poucos exercícios de aquecimento vocal, ainda estava muito débil. Marcação de reportório para estudo nas férias.</p>					

2.1.1.4. Quadro de Registo sobre a Execução do Exercício Respiratório e do Reportório Estudado na Sala de Aula – Margarida

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 19/01/2010 Aula nº 1						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Faltou.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 26/01/2010 Aula nº 2						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado	Aula de Apresentação Avaliação diagnóstica.					
Observações	Diálogo sobre o programa em estudo, objectivos a cumprir e expectativas pessoais relativas à actividade de Canto. Explicação sobre o PE e a possibilidade de incluir a aluna no estudo. Há falta de conhecimento do próprio corpo e dos seus movimentos e posturas. A Margarida tem um equívoco enorme sobre os movimentos musculares envolvidos no processo respiratório trocando o movimento abdominal da inspiração com o movimento abdominal característico da expiração. Não faz qualquer expansão intercostal. É afinada. Contudo, não realiza impostação vocal, não tem legato e todas as suas dinâmicas são de piano para menos som.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 02/02/2010 Aula nº 3						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado	X	X				
Observações	O Cessate di Piagarmi – Scarlatti					
Observações	A aluna estranhou os movimentos respiratórios da inspiração e expiração. Conscientemente, os movimentos que realizava eram contrários aos naturais neste processo. Expliquei o porquê dos movimentos serem de determinada forma e exemplifiquei o certo e o errado, pedindo à aluna que experimentasse também. A Margarida percebeu os movimentos, mas os exercícios tiveram de ser executados muito lentamente para que pudesse “observar” e sentir as diferenças sensoriais das diferentes fases do processo respiratório. A aula foi dedicada à respiração e ao aquecimento vocal. Fizemos apenas uma primeira leitura à ária antiga.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 09/02/2010 Aula nº 4						

Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Masterclasse com Professor Brito e Cunha.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 23/02/2010 Aula nº 5						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X				
Reportório estudado	O Cessate di Piagarmi – Scarlatti					
Observações	A aluna lembrava-se da aprendizagem da aula anterior, mas ainda confundiu os movimentos. Contudo, foi possível acelerar ligeiramente a execução dos exercícios. A ária antiga foi trabalhada com “i”, “o” e “u”. Assim, foi mais fácil sensibilizar a aluna para a utilização apropriada da musculatura do apoio vocal (a qual não estava a intervir de forma alguma no acto do Canto). A postura da Margarida melhorou significativamente. Já assume uma postura erecta, com olhar paralelo ao chão, correspondendo ao alinhamento corporal desejado.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 02/03/2010 Aula nº 6						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X				
Reportório estudado	O Cessate di Piagarmi – Scarlatti					
Observações	A aluna assume a sequência das fases do exercício respiratório e identifica quando realiza mal os movimentos da musculatura. Foi possível realizar uma aceleração considerável. Inicialmente, a ária antiga foi trabalhada com vocalizo e posteriormente com texto. O início da produção sonora aparece sempre depois do tempo, atrasada. A voz é débil e a capacidade respiratória é muito reduzida. A compreensão do movimento muscular existe, mas falta a resistência muscular para a pôr em prática.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 09/03/2010 Aula nº 7						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X			
Reportório estudado	O Cessate di Piagarmi – Scarlatti					
Observações	A introdução de um exercício novo suscitou na aluna a vontade de perceber todos os movimentos musculares, quais as suas implicações na respiração e na prática do Canto. Após a explicação requerida sobre movimentos respiratórios e sua relação com a produção de som, a aluna realizou a fase III do exercício respiratório com entusiasmo. Com a execução desta fase do exercício, a Margarida melhorou significativamente a sua postura. A Margarida melhorou a sua prontidão para o início da produção de som na ária antiga, os inícios de frase já não foram atrasados.					

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 16/03/2010 Aula nº 8						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Faltou.					

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 23/03/2010 Aula nº 9						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado	X	X	X	X		
Observações	<p><i>Descalça vai para a fonte – C. Vasconcelos</i></p> <p>A aluna assumiu a ordem das diferentes fases do exercício respiratório e, naturalmente, começou a realizar o exercício IV.</p> <p>A abordagem a um novo reportório provocou algum retrocesso na produção de som. A insegurança na leitura musical desconcentrou a Margarida do envolvimento muscular necessário à produção correcta do som. Este foi menos audível e sem ressonâncias. No entanto, a sua expansão respiratória manifestou francas melhorias assim como o domínio sobre a musculatura envolvida na preparação e execução do apoio vocal, demonstrando solidificação de algum do conhecimento trabalhado nas últimas aulas (uma vez que a aluna o fez sem consciência).</p> <p>A sua postura foi muito boa. Contudo, por vezes, inclina a cabeça para trás.</p>					

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 13/04/2010 Aula nº 10						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado	X	X	X	X		
Observações	<p>O Cessate di Piagami – Scarlatti (estudo de reportório com pianista)</p> <p>Os exercícios foram realizados com naturalidade, foram efectuadas algumas correcções mas sem problemas de resolução. A Margarida teve grande preocupação em não perder a aprendizagem feita nas aulas anteriores, questionando constantemente se o som estava bom. O som produzido é débil, mas por vezes surgem sons impostados, sempre que a aluna consegue articular eficazmente os movimentos musculares relacionados com o apoio vocal.</p>					

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 20/04/2010 Aula nº 11						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado	X	X	X	X	X	

Observações	A Margarida pediu para ter uma aula só de técnica. Fez vários exercícios de vocalizos alternados com respiração, questionando sobre o funcionamento muscular dos pontos que lhe solicitava e desenvolvendo a sua consciência sobre os mesmos movimentos. Ao longo da aula foi demonstrando maior autonomia fazendo cada vez menos perguntas sobre o “como fazer” preocupando-se apenas sobre “o que pretende com este exercício em termos de finalidade vocal?”.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 27/04/2010 Aula nº 12						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	
Reportório estudado						
Observações	A execução da fase V do exercício respiratório não suscitou qualquer dificuldade à Margarida. A pedido da aluna realizamos só técnica. Exercícios de aquecimento vocal de diferentes caracteres e com diferentes vogais. A Margarida demonstra maior facilidade em articular os aparelhos respiratório e fonador. O seu ataque da primeira nota de cada exercício vocal é feito a tempo, assim como a sua prontidão em executar os exercícios respiratório, mantendo uma energia activa durante toda a prática vocal da aula.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 04/05/2010 Aula nº 13						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	
Reportório estudado	O Cessate di Piagarmi – Scarlatti					
Observações	A Margarida realiza os exercícios com enorme facilidade. A duração da sua expiração fonatória está mais longa. Articula com maior facilidade o texto, não marcando todas as notas.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 11/05/2010 Aula nº 14						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X
Reportório estudado	O Cessate di Piagarmi – Scarlatti Descalça vai para a fonte – C. Vasconcelos					
Observações	As diferentes fases do exercício respiratório foram realizadas com facilidade. Os resultados obtidos na aula anterior foram consistentes, estando presentes na performance desta aula. A aluna foi surpreendida pela fase VI. Tomou consciência dos pontos de ressonância da face e pediu para fazer vários exercícios. Fizemos o mesmo exercício mas com “mm”, com “nh” e de seguida com a vogal “u”. A realização da canção portuguesa demonstrou solidificação de conhecimentos. Pois sendo uma peça menos conhecida para a Margarida, houve desconcentração dos movimentos musculares sem que estes deixassem de ser realizados na grande parte do tempo de aula.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 18/05/2010 Aula nº 15						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X

Reportório estudado	O Cessate di Piagarmi – Scarlatti Descanço vai para a fonte – C. Vasconcelos (Estudo do reportório com pianista)					
Observações	Os exercícios foram realizados com destreza. A aluna assume a sequência e corrige-se sempre que acha que pode fazer melhor. O reportório foi executado de forma consciente. A Margarida mantém uma actitude serena, procurando aplicar os conhecimentos que foi adquirindo. A voz está mais segura, a articulação da palavra já não causa confusão.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 25/05/2010 Aula nº 16						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Faltou.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 01/06/2010 Aula nº 17						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Faltou.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 08/06/2010 Aula nº 18						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações	Faltou.					
Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto Nome do Aluno: Margarida Data: 15/06/2010 Aula nº 19						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
	X	X	X	X	X	X

Reportório estudado	
Observações	<p>A Margarida mostra grande entusiasmo na execução das diferentes fases do exercício respiratório. A sua satisfação em ser capaz de os realizar corrigindo-se, autonomamente, sempre que encontra um problema ou uma execução menos conseguida, é notória. Realizaram-se exercícios de aquecimento vocal nunca antes realizados na aula, em que a aluna demonstrou solidificação de conhecimentos. A sua postura manteve-se correcta em toda a aula havendo por vezes uma inclinação da cabeça para trás que, na maioria das vezes, a própria aluna corrigiu sem ser chamada à atenção.</p> <p>Marcação de reportório para estudo nas férias.</p>

2.1.2. Análise dos Resultados

Para analisar os registos sistemáticos das aulas, organizou-se uma matriz estruturante de leitura do material construído ao longo do PE, à qual chamamos Matriz 1 – Análise do Registo Sistemático das Aulas. Essa matriz subdivide-se em quatro linhas de análise:

- 1) Ritmo de evolução no exercício respiratório;
- 2) Evolução do desempenho na aplicação das aprendizagens à prática de reportório;
- 3) Factores externos que podem ter influenciado a evolução dos alunos;
- 4) Evolução da atitude geral do aluno na aula de Canto.

Utilizando esta matriz, que procura facilitar a sistematização dos dados, permitindo uma mais fácil enumeração de constatações, passa-se à análise dos registos.

1) Ritmo de evolução no exercício respiratório;

Quadro nº9 – Número de aulas em que cada fase do exercício foi realizada e número de aulas em que foi possível realizar o exercício completo, por aluno

Fase Aluno	I	II	III	IV	V	VI	Nº de aulas em que foi realizado o exercício completo
Alexandra	16	16	14	11	9	7	7
Caroline	15	15	10	7	5	3	3
Luís	12	12	10	5	4	9	4
Margarida	12	12	9	8	6	3	3

No quadro inscreveu-se o número de aulas em que cada fase do exercício foi realizada, por aluno, bem como o número de aulas em que foi possível realizar o exercício completo. O exercício foi desenvolvido aula a aula e, no decorrer destas, face ao desempenho do aluno, era decidido se havia

condições para avançar para a fase seguinte. Como se pode verificar pela leitura do Quadro nº9, a Alexandra foi a aluna que dedicou mais aulas, sete, à execução completa do exercício respiratório. Seguida do Luís que realizou o exercício respiratório completo em quatro aulas, e pela Caroline e Margarida que executaram o mesmo exercício, completo, em três aulas.

A Alexandra foi a aluna que mais evolução teve ao longo deste estudo. Desenvolveu independência na sua prática de Canto, demonstrando interesse em perceber o funcionamento dos aparelhos respiratório e fonador, em saber quais os seus constituintes, resultando num conjunto de conhecimento e prática que lhe proporcionou começar a perceber quais as soluções para as diferentes dificuldades que foi tendo. Esta maior independência vocal permitiu-lhe, agora, vencer o medo de fazer mal à voz (devido ao histórico de patologia vocal). A sua facilidade em executar o exercício respiratório foi crescente, assim como a sua consciência sobre os movimentos musculares que deveriam ser executados em diferentes situações/solicitações. Como a Alexandra faltou após a sua primeira aula de exercitação muscular (aula nº3), no seu regresso (aula nº5) achei mais prudente dedicar a aula a recordar a exercitação das mesmas fases do exercício respiratório (Fase I e Fase II), proporcionando assim uma solidificação da coordenação motora. A experimentação e execução da Fase III foi essencial para a consciencialização do processo de elevação do palato integrado na inspiração preparatória para a actividade vocal lírica. A aplicação de três aulas a esta Fase [ver quadro em baixo] deveu-se à necessidade da Alexandra mecanizar o processo, uma vez que enunciou nunca o ter experimentado. O desenvolvimento das fases IV e V permitiu à Alexandra manter essa elevação do palato (IV) e desenvolver a manutenção do apoio vocal (V).

Quadro n.º10 – Fases do exercício realizadas por aula – Alexandra

Alexandra						
Fases Nº de aulas	I	II	III	IV	V	VI
1	Avaliação Diagnóstica					
2	Faltou					
3	X	X				
4	Masterclasse com Professor Brito e Cunha					
5	X	X				
6	X	X	X			
7	X	X	X			
8	X	X	X			
9	X	X	X	X		
10	X	X	X	X		
11	X	X	X	X	X	
12	X	X	X	X	X	
13	X	X	X	X	X	X
14	X	X	X	X	X	X
15	X	X	X	X	X	X
16	X	X	X	X	X	X
17	X	X	X	X	X	X
18	X	X	X	X	X	X
19	X	X	X	X	X	X

A Alexandra conseguiu sempre aplicar o conhecimento adquirido com o exercício respiratório à prática de reportório. No início de cada Fase, era necessário chamar a atenção da aluna para a possibilidade de aplicar os conhecimentos adquiridos com a prática das diferentes Fases do exercício respiratório na prática de reportório. Mas sempre sucedeu a aluna trazer, na aula seguinte, o conhecimento adquirido, utilizando-o imediatamente, desde o início da aula.

A Caroline, com a exercitação respiratória, melhorou muito o controlo da sua ansiedade. Isto permitiu-lhe apresentar um notório desenvolvimento do controlo respiratório e, conseqüentemente, obter um som menos agressivo, afinado, com muito menos uso de portamentos, assim como com uso de diferentes dinâmicas e concretização de frases musicais mais longas. Esta aluna consciencializou a importância da respiração no acto do canto, sempre procurou desenvolver a sua prática de exercício respiratório de forma autónoma, não só na aula mas também em casa. Tentou sempre ser independente e perceber como poderia desenvolver e melhorar a sua performance respiratória e vocal. Inicialmente, a Caroline teve muita dificuldade

em coordenar os movimentos musculares envolvidos na respiração. Não havia consciência dos mesmos, nem do controle muscular indispensável para a sua correcta concretização. Consciencializar a movimentação muscular envolvida no processo respiratório, deu imediatamente uma noção de possibilidade de controlo sobre algo que antes a Caroline acreditava ser incontrolável. Esta ânsia de controlar todos os resultados sonoros produzidos, suscitou uma tensão, resultante da sua obstinação. Ultrapassado este sentimento, através da sensibilização da aluna para a necessidade de estar calma durante a fonação, nomeadamente na aula de Canto, a facilidade da Caroline em executar as diferentes fases do exercício respiratório foi crescendo. Esta compreensão dos movimentos respiratórios, desenvolvimento da capacidade de os comandar conscientemente sem lhes introduzir alterações prejudiciais, e o desenvolvimento interior de uma tolerância para com o erro e para com o tempo necessário ao corpo para apreender novas informações, permitiu que a Caroline desenvolvesse significativamente a sua capacidade de domínio sobre o processo respiratório envolvido na respiração. Desta forma, nas Fases seguintes, foi necessitando de menos aulas para transitar de Fase, pois na aula seguinte à introdução de uma Fase nova a Caroline chegava sempre com o conhecimento adquirido [ver quadro apresentado em baixo]. Dedicaram-se três aulas à Fase III para confirmação da aquisição de conhecimentos. Uma vez que a Fase anterior tinha suscitado tanta dificuldade, não quis introduzir novos elementos sem que a aluna desse sinais evidentes de domínio sobre as duas Fases anteriores [ver quadro em baixo].

Quadro n.º11 – Fases do exercício realizadas por aula – Caroline

Caroline						
Nº de aulas \ Fases	I	II	III	IV	V	VI
1	Avaliação diagnóstica					
2	Masterclasse do Professor Brito e cunha					
3	X	X				
4	X	X				
5	X	X				
6	X	X				
7	X	X				
8	X	X	X			
9	X	X	X			
10	X	X	X			
11	X	X	X	X		
12	X	X	X	X		
13	X	X	X	X	X	
14	X	X	X	X	X	
15	X	X	X	X	X	X
16	X	X	X	X	X	X
17	X	X	X	X	X	X

A aplicação do conhecimento adquirido em cada Fase à prática vocal lírica nem sempre foi fácil. Algumas vezes foi necessário interromper a prática de reportório para voltar a executar o exercício respiratório, lembrando à aluna a actividade muscular necessária.

O Luís não realizou o exercício respiratório respeitando a ordem das fases previamente estabelecidas. Como já referido em *Procedimentos do Estudo*, havia a possibilidade de após a fase III passar logo para a fase VI. Este processo verificou-se com o Luís. Logo na primeira aula do Luís foi detectada pouca resistência vocal (frequentemente dizia estar cansado), fazia também portamentos para iniciar frases musicais ou realizar intervalos maiores (4ª, 5ª, etc) e o seu som denunciava muita tensão muscular. Era necessário perceber se esta tensão era resultante de uma falta de domínio da musculatura envolvida no apoio, ou se era resultante da aplicação excessiva dessa mesma musculatura no processo de apoio vocal envolvido na prática de Canto Lírico. Para tal, era essencial executar as primeiras três fases do exercício respiratório. Só assim perceberia a sua capacidade de executar correctamente os movimentos musculares envolvidos na inspiração activante do apoio vocal.

O Luís demonstrou uma grande facilidade em executar estas fases do exercício respiratório. Mas, e apesar de mostrar melhorias (menos intervenção do queixo, maior controlo da expiração fonatória, menor frequência de execução de portamento), a tensão vocal ainda manifestava uma grande dificuldade em associar os movimentos respiratórios à fonação. Assim sendo, considerei oportuno passar directamente da fase III para a fase VI, uma vez que para a concretização desta fase do exercício respiratório o aluno tem de relaxar a musculatura que tensiona toda a zona do maxilar inferior, compreendendo a disponibilidade física necessária para a boa activação e manutenção do apoio. O Luís teve muita dificuldade em realizar esta fase. Contudo, apesar desta dificuldade, foram notórias melhorias na sua sonoridade durante a prática de reportório, à medida que ia conseguindo relaxar a musculatura. O Luís não é independente na sua vocalidade, apesar de, por vezes, ter sugerido soluções para dificuldades com que se foi defrontando, mas nunca tem certeza das suas opções, nunca as assume, não confia na sua percepção corporal. Por vezes tive a sensação que não compreendeu o que lhe explicava, mesmo quando usava de diferentes métodos (auditivo – descrevendo os movimentos que lhe estava a solicitar; visual – mostrando imagens dos músculos e sua interligação; demonstrativo – exemplificando).

Quadro n.º12 – Fases do exercício realizadas por aula – Luís

Luís						
Fases Nº de aulas	I	II	III	IV	V	VI
1	Faltou					
2	Avaliação Diagnóstica					
3	X	X				
4	Masterclasse do professor Brito e Cunha					
5	X	X				
6	Faltou					
7	X	X	X			
8	X	X	X			X
9	X	X	X			X
10	X	X	X			X
11	X	X	X	X		X
12	Faltou					
13	X	X	X	X	X	X
14	X	X	X	X	X	X
15	X	X	X	X	X	X
16	X	X	X	X	X	X
17	Faltou					
18	Faltou					
19	X	X	X			X

De forma geral, o Luís demonstrou evolução na sua capacidade de execução do exercício respiratório. No entanto, ainda não mostra domínio sobre a musculatura do processo respiratório envolvida na activação e manutenção do apoio vocal.

A Margarida desenvolveu, na aula de Canto, uma atitude de interesse por tudo o que se relacionasse com actividade respiratória e fonadora. Pedia que lhe explicasse tudo (constituintes dos aparelhos respiratório e fonador; funcionamento dos mesmos; envolvimento muscular na inspiração e na expiração; ressonadores; etc.). O seu interesse em aprofundar a sua compreensão foi tal que me pediu que dedicasse as aulas ao desenvolvimento técnico, não estudando reportório. Desta forma, a Margarida desenvolveu a sua consciência do movimento muscular envolvido no processo respiratório e da sua articulação com o aparelho fonador, na preparação e execução de actividade vocal. Quanto à exercitação respiratória por fases, a Margarida corrigiu conceitos errados que tinha sobre a movimentação muscular neste

processo. A Margarida estava convencida que, na inspiração, a prancha abdominal recolhia, enquanto que na expiração haveria uma expansão abdominal. Apesar de ter percebido e corrigido este movimento, realizando a expansão abdominal na inspiração e uma contracção abdominal na expiração, a aluna demorou a interiorizar esta mudança. Frequentemente, tive de a lembrar dos movimentos correctos, ao que respondia prontamente e acertadamente. No entanto, à medida que avançava nas fases do exercício respiratório, esta necessidade de ser chamada a atenção para a correcção dos movimentos diminuiu. Desenvolveu, inclusivamente, um sentido de autocritica a partir da auto-observação. No contexto deste desenvolvimento, começou a emergir uma mais conseguida impostação vocal.

Quadro n.º13 – Fases do exercício realizadas por aula – Margarida

Margarida						
Fases Nº de aulas	I	II	III	IV	V	VI
1	Faltou					
2	Avaliação Diagnóstica					
3	X	X				
4	Masterclasse com Professor Brito e Cunha					
5	X	X				
6	X	X				
7	X	X	X			
8	Faltou					
9	X	X	X	X		
10	X	X	X	X		
11	X	X	X	X	X	
12	X	X	X	X	X	
13	X	X	X	X	X	
14	X	X	X	X	X	X
15	X	X	X	X	X	X
16	Faltou					
17	Faltou					
18	Faltou					
19	X	X	X	X	X	X

Da análise das descrições, anotações e observações presentes nos registos, resultou evidência, em todos os alunos, das seguintes constantes:

- à medida que o ano avançava foi possível concretizar mais fases do exercício respiratório, o que decorreu de uma evolução do nível de assimilação dos processos neuro-musculares trabalhados no exercício respiratório. Esta evolução pode observar-se através da análise dos Quadros n.º 9, 10, 11, 12 e 13;
- todos os alunos evoluíram na consciencialização do controlo muscular indispensável à concretização de um correcto processo respiratório, manifestando uma maior compreensão dos movimentos respiratórios;
- todos os alunos desenvolveram maior tolerância para com o erro, assumindo a identificação deste como uma oportunidade de aprendizagem e desenvolvimento;
- todos os alunos aumentaram a sua autonomia e confiança.

2) Evolução do desempenho na aplicação das aprendizagens relativas ao exercício respiratório à prática de repertório;

A Alexandra estudou como repertório pivô a ária de oratório *Domine Deus* de Vivaldi. No desenvolvimento da aplicação do PE, fizeram-se sentir algumas diferenças na sua vocalidade. Passamos a mencioná-las:

- a) A primeira diferença que se fez sentir foi nos cc24-28, uma vez que o ataque de notas em região aguda melhorou muito com o desenvolvimento da prática respiratória.

Figura n.º24 – Excerto da ária de oratório *Domine Deus* de Vivaldi, cc24-25⁶¹

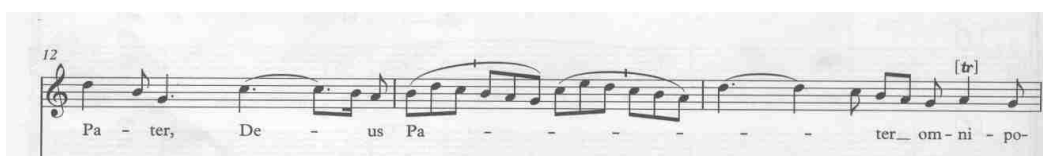


⁶¹ Imagem retirada de VIVALDI (2002: 23)

A Alexandra passou a ser capaz de posicionar a musculatura do apoio antes da emissão do som, o que lhe permitiu iniciar frases ritmico-melódicas em região mais aguda sem aspreza no trato vocal e sem recorrer ao portamento, que lhe era característico no início.

- b) A reprodução de intervalos difíceis (6ª com primeira nota em registo médio e segunda nota em registo agudo) sem recorrer ao portamento, mas antecipando o movimento muscular do apoio que é concretizado pela musculatura do aparelho respiratório – abdominal e intercostal (cc11-12):

Figura n.º25 – Excerto da ária de oratório *Domine Deus* de Vivaldi, cc11-14⁶²



O som é, agora, mais doce e a frase passou a ser realizada com maior facilidade.

- c) A reprodução de notas rápidas em região aguda sem cristação do som:

Figura n.º26 – Excerto da ária de oratório *Domine Deus* de Vivaldi, cc19-20⁶³

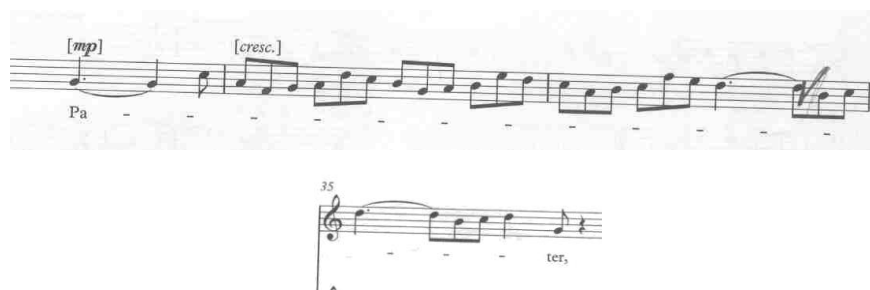


- d) Realização de frases longas:

⁶² Imagem retirada de VIVALDI (2002: 22)

⁶³ Imagem retirada de VIVALDI (2002: 23)

Figura n.º27 – Excerto da ária de oratório *Domine Deus* de Vivaldi, cc32-35⁶⁴



A Alexandra necessita de fazer apenas uma respiração nesta frase, como marcado, e nas últimas aulas era necessário lembrá-la de a fazer, porque a sua exercitação muscular e a sua capacidade de realizar frases longas melhorou tanto que, quando concentrada no exercício vocal, já nem sentia necessidade de interromper a frase.

A Caroline estudou, como reportório pivô, a ária antiga *O Cessate di Piagarmi* de Scarlatti. No desenvolvimento da aplicação do PE fizeram-se sentir algumas diferenças na sua vocalidade. Passamos a mencioná-las:

- a) No início da peça, o primeiro som produzido melhorou substancialmente. A sua consciência do movimento muscular envolvido no canto proporcionou-lhe a possibilidade de preparar o corpo para a realização de um apoio vocal activo:

Figura n.º28 – Excerto da ária antiga *O Cessate di Piagarmi* de Scarlatti, cc3-4⁶⁵



- b) Conseguiu cantar as consoantes, permitindo-lhe produzir um som menos agressivo, falando em termos de dicção do texto poético. O desenvolvimento da consciência do que é necessário para o apoio vocal,

⁶⁴ Imagem retirada de VIVALDI (2002: 24)

⁶⁵ Imagem retirada de SCARLATTI (2003: 17)

permitiu-lhe realizar um suporte muscular durante o canto sem que toda a vocalidade estivesse presa à zona bucal. Desta forma, estes músculos foram capazes de dizer consoantes sem crispas o som ou condicionar o desenvolvimento de um legato que começa a aparecer na vocalidade da Caroline.

- c) Realização de frases musicais, sem interromper o fluxo da respiração e da fonação (faz toda a frase “più del gelo e più dei marmi fredde e sorde à miei martir”):

Figura n.º29 – Excerto da ária antiga *O Cessate di Piagarmi* de Scarlatti, cc11-16⁶⁶



O Luís estudou, como reportório pivot, a ária de oratório *Eja Mater* de Pergolesi. No desenvolvimento da aplicação do PE fizeram-se sentir algumas diferenças na sua vocalidade que passamos a mencionar:

- a) O hábito de fazer portamentos no início de cada frase diminuiu substancialmente:

Figura n.º30 – Excerto da ária de oratório *Eja Mater* de Pergolesi, cc46-49⁶⁷



⁶⁶ Imagem retirada de SCARLATTI (2003: 18)

⁶⁷ Imagem retirada de PERGOLESÍ (s.d.: 138)

Nesta passagem, o Luís teve de dominar a massa muscular relacionada com o apoio vocal, alargando a caixa torácica e activando o *rectus abdominus*.

- b) Foi capaz de perceber como realizar acentuações sem tensionar os seus recursos musculares:

Figura n.º31 – Excerto da ária de oratório *Eja Mater* de Pergolesi, cc51-53⁶⁸



- c) No final do ano já era capaz de cantar a ária sem crispas a musculatura do maxilar inferior.
- d) A grande conquista do Luis foi o aumento de resistência vocal. O Luis chegou ao final do ano com a capacidade de cantar 50 minutos seguidos, sem ter de interromper os exercícios vocais ou a prática de reportório.

A Margarida estudou, como reportório pivot, a ária antiga *O Cessate di Piagarmi* de Scarlatti. No desenvolvimento da aplicação do PE fizeram-se sentir algumas diferenças na sua vocalidade que passamos a mencionar:

- a) Consegue realizar quase todas as frases sem interromper o fluxo respiratório. A excepção está na frase mais longa da ária:

Figura n.º32 – Excerto da ária antiga *O Cessate di Piagarmi* de Scarlatti, cc11-16⁶⁹



⁶⁸ Imagem retirada de PERGOLESI (s.d.: 138)

⁶⁹ Imagem retirada de VIVALDI (2002: 18)

Esta foi uma das grandes conquistas da Margarida, que não conseguia cantar esta peça sem respirar, pelo menos, uma vez a meio de cada frase.

- b) A memorização muscular do início da frase “O cessate di piagarmi”, que quando aparece no *da capo*, a Margarida reproduz igual ao início, com a mesma qualidade vocal, realizando o mesmo trabalho muscular.
- c) Experimentação da impostação vocal: pela primeira vez a Margarida sentiu as ressonâncias da voz. Mencionando as “vibrações que senti na face”, apontando para a área em volta da zona ocular (seio frontal e seios maxilares).

Da análise das descrições, anotações e observações presentes nos registos relativas à evolução dos aspectos tratados no exercício respiratório aplicado à prática do repertório, resultou evidência, em todos os alunos, da seguinte constante:

- evolução nas dimensões da fonação que dependem de um melhor controlo muscular no processo respiratório (ataque da primeira nota, diminuição de portamentos, afinação, impostação vocal, concretização de frases longas e resistência vocal).

3) Factores externos que podem ter influenciado a evolução dos alunos

Os resultados obtidos neste estudo foram, por vezes, influenciados por factores cujo controlo estava fora do alcance da autora. Um desses factores foi a presença dos alunos. O estudo só pode ser realizado em aulas presenciais, logo, a falta dos alunos repercutiu-se numa diminuição directamente proporcional de prática do exercício respiratório (ver Quadro nº 13). Este facto não é menosprezável, uma vez que toda a evolução a nível do desempenho neuro-muscular depende da correcta e regular exercitação.

Quadro n.º14 – Número de aulas de 45 minutos por aluno e número de horas totais de contacto com o aluno, no decorrer do Projecto Educativo

Alunos	Nº de aulas de 45 m																	Nº de aulas	Nº de horas de aula
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17		
Alexandra	19 Jan	2 Feb	23 Feb	2 Mar	9 Mar	16 Mar	23 Mar	13 Abr	20 Abr	27 Abr	4 Mai	11 Mai	18 Mai	25 Mai	1 Jun	8 Jun	15 Jun	17	12h 45m
Caroline	2 Feb	23 Feb	2 Mar	9 Mar	16 Mar	23 Mar	13 Abr	20 Abr	27 Abr	4 Mai	11 Mai	18 Mai	25 Mai	1 Jun	8 Jun	15 Jun		16	12h
Luis	26 Jan	2 Feb	23 Feb	9 Mar	16 Mar	23 Mar	13 Abr	20 Abr	4 Mai	11 Mai	18 Mai	25 Mai	15 Jun					13	9h 45m
Margarida	26 Jan	2 Feb	23 Feb	2 Mar	9 Mar	16 Mar	23 Mar	13 Abr	20 Abr	27 Abr	4 Mai	11 Mai	18 Mai	15 Jun				13	9h 45m

Notas:

- A aluna Alexandra faltou à aula de canto no dia 26 de Janeiro (nº total de faltas: 1);
- A aluna Carolina nunca faltou às aulas;
- O aluno Luís faltou à aula de canto nos dias 19 de Janeiro, 2 de Março, 27 de Abril, 1 de Junho e 8 de Junho (nº total de faltas: 5);
- A aluna Margarida faltou à aula de canto nos dias 19 de Janeiro, 16 de Março, 25 de Maio, 1 de Junho e 8 de Junho (nº total de faltas: 5);
- No dia 9 de Fevereiro os alunos participaram num Masterclasse com o Professor Brito e Cunha⁷⁰. Esta aula não foi considerada uma vez que o trabalho realizado não se enquadrou no trabalho específico do Projecto Educativo.

Como se pode verificar pela observação do Quadro nº14, a Alexandra e a Caroline foram as alunas com maior número de presenças. Este factor terá influenciado os resultados uma vez que estas duas alunas mostraram um desenvolvimento significativo. O facto destas duas alunas terem um historial de doença vocal (pólipo e quisto, respectivamente) terá contribuído para o seu natural interesse em aprofundar o conhecimento sobre o processo fonatório na prática de Canto Lírico, contribuindo de forma positiva para os resultados obtidos. A Margarida, apesar de ter um número considerável de faltas (devido ao tempo que teve de dedicar à conclusão da sua tese de mestrado), mostrou especial interesse no tema deste estudo, pedindo inclusivamente que dedicássemos aulas completas ao desenvolvimento técnico, argumentando que sentia diferenças significativas e que queria aprofundar a exercitação. O Luís teve de faltar por motivo de doença, resultando inevitavelmente numa diminuição da exercitação proposta nas aulas, uma vez que não conseguia executá-la no estado de saúde em que estava (infecção pulmonar). Desta forma, não pode dar uma continuidade consistente ao estudo abordado neste PE. Os resultados também podem ter sido influenciados pela idade dos alunos.

⁷⁰ Francisco de Brito e Cunha, aluno de Helena de Sá e Costa, terminou o Curso Superior de Piano no Porto. Foi Professor do Conservatório Nacional e é desde 1977 Professor na Universidade Mozarteum de Salzburgo, onde também se licenciou em Direcção de Orquestra. Realizou concertos como solista e acompanhador vocal em Portugal, Espanha, Itália, França, Áustria, Alemanha, Croácia, etc. Desde há alguns anos que é Coordenador de Estudos do Departamento de Canto do Mozarteum, e Professor convidado da Universidade Mahidol de Bangkok e do Conservatório Nacional (CNR) de Paris. Tem-se dedicado especialmente à interpretação da música vocal, para cantores e pianistas.

O aluno mais novo, o Luís, não foi capaz de ter a mesma dedicação, atitude e responsabilidade relativamente à disciplina e às solicitações feitas na aula e propostas como trabalho de casa.

Neste caso, face aos registos e às evidências neles presentes relativas ao exercício respiratório e à prática de reportório, acima exploradas, o que se constatou foi que as alunas com maior assiduidade alcançaram melhores resultados.

4) Evolução da atitude geral do aluno na aula de Canto

A Alexandra passou de uma aluna que demorava minutos a preparar-se para a aula, encontrando mil coisas para fazer (encontrar partituras, tirar casaco, arrumar cadeira ou/e estante,...), a uma aluna que, em segundos, largava tudo o que trazia num canto da sala e colocava-se na sua posição, pronta para iniciar a aula. Algumas vezes iniciando o exercício respiratório (Fase I e Fase II) sem que lhe dissesse nada. Esta mudança de atitude deveu-se à sua constatação de que havia muito no processo do Canto que podia controlar, dominar, e, desta forma, garantir uma qualidade elevada. O medo de que a voz falhasse diminuiu substancialmente e a compreensão de que muitas das falhas vocais podem ser compreendidas, justificadas e, conseqüentemente, evitadas, mudou completamente a sua atitude em relação à prática do Canto.

A Caroline diminuiu os seus níveis de ansiedade na aula de Canto. A conversa que tivemos sobre a importância do bom uso do sistema respiratório para a saúde vocal teve como consequência o desejo de perceber mais sobre o funcionamento do corpo. Perceber que existia uma forma concreta de evitar voltar a ter problemas vocais, transformou a Caroline numa aluna muito mais ouvinte, na procura de perceber como proteger o seu instrumento, otimizando as suas capacidades. Este controlo sobre a respiração permitiu-lhe dominar a sua vocalidade e melhorar a sua prestação, dando-lhe maior segurança e auto-confiança, denunciadas pela forma como reconhece os momentos em que poderia fazer melhor e se corrige, identificando a forma de o fazer.

O Luís é o aluno mais tímido. Tudo influencia a sua prestação, desde a presença de outras pessoas na sala de aula até uma chamada de atenção mais energética. Estes eventos fazem com que a captação e retenção do que lhe é dito diminua drasticamente. Este aluno conseguiu executar todos os exercícios respiratórios, no entanto foi o que mais dificuldade teve em transportar estes movimentos musculares para a prática do canto. Isto indicia falta de eficácia nos seus movimentos abdominais e intercostais. A prática de entoação vocal com “nh” fê-lo obter bons resultados e ultrapassar as suas dificuldades. Contudo, é necessário trabalhar também a sua capacidade de memorização muscular. O Luís raramente foi capaz de iniciar bem uma peça na primeira vez que a fazia na aula, pois não conseguia lembrar-se das sensações físicas que devia ter antes de cantar (era então necessário voltar à entoação com “nh”).

A Margarida foi a aluna mais consistente na sua evolução. A sua preocupação em compreender todos os processos e em aprender a pôr em prática as explicações que recebeu fez com que todas as suas conquistas na prática do Canto permanecessem. A aluna estava sedenta de informação, queria compreender tudo, procurava aplicar tudo o que aprendia à prática de Canto. Sem receios de errar, confiante nas suas capacidades.

Assim, face à análise dos registos, verificaram-se as seguintes tendências:

- maior interesse por conhecer e compreender o funcionamento dos aparelhos respiratório e fonador, bem como a sua articulação;
- maior interesse geral pelo Canto e pelas aulas de Canto, que se evidenciou por uma maior proactividade.

2.2. Avaliação Diagnóstica e Periódica

Nesta parte do DAPE pretende-se expôr os dados recolhidos periodicamente, através de uma reflexão/avaliação quantitativa sobre o trabalho e desenvolvimento dos alunos, envolvidos no PE, nas aulas de Canto. Com esse fim, são, em primeiro lugar, apresentados os quadros de avaliação diagnóstica e avaliação periódica de cada aluno, no ponto 2.2.1.; de seguida, em segundo lugar, é feita uma análise desses resultados, no ponto 2.2.2..

No ponto 2.2.2., relativo à análise dos resultados das avaliações quantitativas diagnóstica e periódicas, como se verá abaixo, procurou verificar-se a evolução ao nível de cada um dos parâmetros e subparâmetros, quer indivíduo a indivíduo, quer comparativamente, quando tido por relevante, agregando pontualmente subparâmetros para obter uma visão mais global.

2.2.1. Apresentação dos Registos

O PE centrou-se na melhoria do desempenho respiratório de quatro alunos de Canto. Assim, procedeu-se, a partir da revisão bibliográfica realizada, a uma síntese dos subparâmetros a trabalhar, observar e avaliar ao nível do desempenho respiratório. Também a partir da revisão bibliográfica se concluiu que o desempenho respiratório é amplamente influenciado pela postura corporal adoptada. Por isso, também se definiram os subparâmetros relativos a uma postura corporal a trabalhar, observar e avaliar. Como o propósito de todo o trabalho é a obtenção de uma boa fonação, por via da melhoria do desempenho respiratório, também se sistematizaram os subparâmetros a trabalhar, observar e avaliar, no que concerne ao desempenho vocal. Foi, então, a partir deste conjunto de procedimentos, que se construiu o quadro que serviu de base às avaliações diagnóstica (primeira aula - Janeiro) e periódicas (Março e Junho).

Passa-se à apresentação dos quadros com os resultados relativos a cada um dos alunos, quer no momento de avaliação diagnóstica, quer nos momentos de avaliação periódica.

Os níveis adoptados são os que apresentamos a baixo, no Quadro n.º15.

Quadro n.º15 – Níveis adoptados para avaliação dos parâmetros e subparâmetros das fichas de avaliação diagnóstica e periódicas e respectiva descrição

Nível	Descrição
1	Não executa
2	Executa insuficientemente
3	Executa satisfatoriamente
4	Executa bem (coloca algumas dúvidas, ainda faz alguns erros, mas quando chamado à atenção corrige autonomamente)
5	Executa Muito Bem (domina os processos)

Na Avaliação Diagnóstica do Desempenho do aluno, não é atribuída qualificação ao parâmetro 2.1 – Execução do Exercício Respiratório, uma vez que não faria sentido avaliar algo que ainda não havia ainda sido posto em prática.

2.2.1.1. Quadros de Avaliação diagnóstica e Periódica – Alexandra

AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA DO DESEMPENHO DO ALUNO					
Nome do Aluno: Alexandra					
Data: 19/01/2010 Aula nº 1					
Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca		X			
1.2. Braços alinhados com o tronco		X			
1.3. Costas erectas			X		
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal			X		
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório	-	-	-	-	-
2.2. Expansão respiratória				X	
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração				X	
2.4. Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração fonatória:					
2.4.1. Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração fonatória			X		
2.4.2. Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos músculos que constituem o apoio vocal			X		
2.5. Duração da Expiração Fonatória		X			
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação				X	
3.2. Impostação vocal			X		
3.3. Legato			X		
3.4. Execução de dinâmicas		X			

AVALIAÇÃO PERIÓDICA DO DESEMPENHO DO ALUNO

Nome do Aluno: Alexandra

Data: 23/03/2010 **Aula nº** 9

Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca				X	
1.2. Braços alinhados com o tronco				X	
1.3. Costas erectas				X	
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal				X	
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório				X	
2.2. Expansão respiratória				X	
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração					X
2.4. Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração fonatória:					
2.4.1. Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração fonatória				X	
2.4.2 Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos músculos que constituem o apoio vocal			X		
2.5. Duração da Expiração Fonatória		X			
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação				X	
3.2. Impostação vocal			X		
3.3. Legato			X		
3.4. Execução de dinâmicas			X		

AVALIAÇÃO PERIÓDICA DO DESEMPENHO DO ALUNO

Nome do Aluno: Alexandra

Data: 15/06/2010 **Aula nº** 19

Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca					X
1.2. Braços alinhados com o tronco					X
1.3. Costas erectas					X
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal					X
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório					X
2.2. Expansão respiratória				X	
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração					X
2.4.1. Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração fonatória					X
2.4.2. Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos músculos que constituem o apoio vocal				X	
2.5. Duração da Expiração Fonatória					X
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação					X
3.2. Impostação vocal					X
3.3. Legato					X
3.4. Execução de dinâmicas				X	

2.2.1.2. Quadros de Avaliação diagnóstica e Periódica – Caroline

AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA DO DESEMPENHO DO ALUNO					
Nome do Aluno: Caroline					
Data: 02 /02/2010 Aula nº 1					
Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca		X			
1.2. Braços alinhados com o tronco		X			
1.3. Costas erectas		X			
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal	X				
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório	-	-	-	-	-
2.2. Expansão respiratória	X				
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração		X			
2.4. Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração fonatória:					
2.4.1 Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração fonatória	X				
2.4.2. Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos musculos que constituem o apoio vocal	X				
2.5. Duração da Expiração Fonatória		X			
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação		X			
3.2. Impostação vocal	X				
3.3. Legato	X				
3.4. Execução de dinâmicas		X			

AVALIAÇÃO PERIÓDICA DO DESEMPENHO DO ALUNO

Nome do Aluno: Caroline

Data: 23/03/2010 **Aula nº** 7

Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca				X	
1.2. Braços alinhados com o tronco				X	
1.3. Costas erectas			X		
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal			X		
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório			X		
2.2. Expansão respiratória		X			
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração			X		
2.4. Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração fonatória:					
2.4.1. Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração fonatória			X		
2.4.2. Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos músculos que constituem o apoio vocal			X		
2.5. Duração da Expiração Fonatória			X		
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação			X		
3.2. Impostação vocal		X			
3.3. Legato		X			
3.4. Execução de dinâmicas		X			

AVALIAÇÃO PERIÓDICA DO DESEMPENHO DO ALUNO

Nome do Aluno: Caroline

Data: 15/06/2010 **Aula nº** 17

Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca					X
1.2. Braços alinhados com o tronco					X
1.3. Costas erectas				X	
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal				X	
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório				X	
2.2. Expansão respiratória			X		
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração				X	
2.4.1. Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração fonatória			X		
2.4.2. Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos musculos que constituem o apoio vocal				X	
2.5. Duração da Expiração Fonatória				X	
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação				X	
3.2. Impostação vocal				X	
3.3. Legato			X		
3.4. Execução de dinâmicas			X		

2.2.1.3. Quadros de Avaliação diagnóstica e Periódica – Luís

AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA DO DESEMPENHO DO ALUNO					
Nome do Aluno: Luís					
Data: 26/01/2010 Aula nº 2					
Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca		X			
1.2. Braços alinhados com o tronco		X			
1.3. Costas erectas		X			
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal	X				
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório	-	-	-	-	-
2.2. Expansão respiratória			X		
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração			X		
2.4. Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração fonatória:					
2.4.1 Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração fonatória		X			
2.4.2. Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos músculos que constituem o apoio vocal			X		
2.5. Duração da Expiração Fonatória			X		
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação				X	
3.2. Impostação vocal			X		
3.3. Legato			X		
3.4. Execução de dinâmicas	X				

AVALIAÇÃO PERIÓDICA DO DESEMPENHO DO ALUNO

Nome do Aluno: Luís

Data: 23/03/2010 **Aula nº** 9

Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca				X	
1.2. Braços alinhados com o tronco				X	
1.3. Costas erectas				X	
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal			X		
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório				X	
2.2. Expansão respiratória			X		
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração				X	
2.4. Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração fonatória:					
2.4.1. Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração fonatória			X		
2.4.2. Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos músculos que constituem o apoio vocal			X		
2.5. Duração da Expiração Fonatória				X	
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação					X
3.2. Impostação vocal				X	
3.3. Legato				X	
3.4. Execução de dinâmicas			X		

AVALIAÇÃO PERIÓDICA DO DESEMPENHO DO ALUNO

Nome do Aluno: Luís

Data: 15/06/2010 **Aula nº** 19

Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca					X
1.2. Braços alinhados com o tronco					X
1.3. Costas erectas				X	
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal				X	
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório				X	
2.2. Expansão respiratória				X	
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração				X	
2.4. Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração fonatória:					
2.4.1. Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração fonatória				X	
2.4.2. Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos músculos que constituem o apoio vocal				X	
2.5. Duração da Expiração Fonatória				X	
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação					X
3.2. Impostação vocal				X	
3.3. Legato				X	
3.4. Execução de dinâmicas			X		

2.2.1.4. Quadros de Avaliação diagnóstica e Periódica – Margarida

AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA DO DESEMPENHO DO ALUNO					
Nome do Aluno: Margarida					
Data: 26/01/2010 Aula nº 2					
Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca		X			
1.2. Braços alinhados com o tronco		X			
1.3. Costas erectas		X			
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal		X			
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório	-	-	-	-	-
2.2. Expansão respiratória	X				
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração	X				
2.4. Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração fonatória:					
2.4.1. Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração fonatória	X				
2.4.2 Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos músculos que constituem o apoio vocal	X				
2.5. Duração da Expiração Fonatória		X			
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação				X	
3.2. Impostação vocal	X				
3.3. Legato	X				
3.4. Execução de dinâmicas	X				

AVALIAÇÃO PERIÓDICA DO DESEMPENHO DO ALUNO

Nome do Aluno: Margarida

Data: 23/03/2010 **Aula nº** 9

Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca				X	
1.2. Braços alinhados com o tronco				X	
1.3. Costas erectas				X	
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal			X		
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório			X		
2.2. Expansão respiratória			X		
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração			X		
2.4. Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração fonatória:					
2.4.1. Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração fonatória			X		
2.4.2. Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos musculos que constituem o apoio vocal		X			
2.5. Duração da Expiração fonatória			X		
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação				X	
3.2. Impostação vocal		X			
3.3. Legato		X			
3.4. Execução de dinâmicas		X			

AVALIAÇÃO PERIÓDICA DO DESEMPENHO DO ALUNO					
Nome do Aluno: Margarida					
Data: 15/06/2010 Aula nº 19					
Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca					X
1.2. Braços alinhados com o tronco					X
1.3. Costas erectas					X
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal				X	
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório				X	
2.2. Expansão respiratória					X
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração				X	
2.4. Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração fonatória:					
2.4.1. Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração fonatória				X	
2.4.2 Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos musculos que constituem o apoio vocal			X		
2.5 Duração da Expiração Fonatória				X	
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação					X
3.2. Impostação vocal			X		
3.3. Legato			X		
3.4. Execução de dinâmicas			X		

2.2.2. Análise dos Resultados

Tratando-se de classificações, optou-se por organizar a análise com base em tabelas comparativas e proceder à apresentação gráfica dos dados nelas contidos. Para o efeito, construiu-se a matriz de análise comparativa da evolução dos resultados das avaliações diagnóstica (1ª aula - Janeiro) e periódicas (Março, Junho), à qual se chamou Matriz 2 - Análise comparativa da evolução dos resultados das avaliações diagnóstica e periódicas. Esta matriz estrutura-se em três linhas de análise:

- 1) Evolução dos resultados nas avaliações diagnóstica e periódicas, aluno a aluno;
- 2) Evolução comparativa da média dos resultados nas avaliações diagnóstica e periódicas em cada um dos parâmetros com agregação dos seus subparâmetros;
- 3) Evolução comparativa dos resultados nas avaliações diagnóstica e periódicas dos subparâmetros do parâmetro 2 (Desempenho Respiratório).

Esta estruturação permite, em primeiro lugar, a análise da evolução individual de cada aluno, em cada um dos subdimensões dos três parâmetros dos Quadros de Avaliação; em segundo lugar, a análise comparativa da evolução dos alunos em todos os três parâmetros, mas a partir de uma agregação por média aritmética das classificações dos subparâmetros; em terceiro lugar, a análise comparativa da evolução dos alunos a partir dos resultados do parâmetro dois (Desempenho respiratório) com base em todos os seus subparâmetros, sem agregação. Assim, teremos analisado a evolução de cada um dos alunos individualmente, a evolução comparativa ao nível dos três parâmetros e, por fim, a evolução comparativa ao nível de cada um dos subparâmetros daquele que foi o centro do nosso PE, o Desempenho Respiratório.

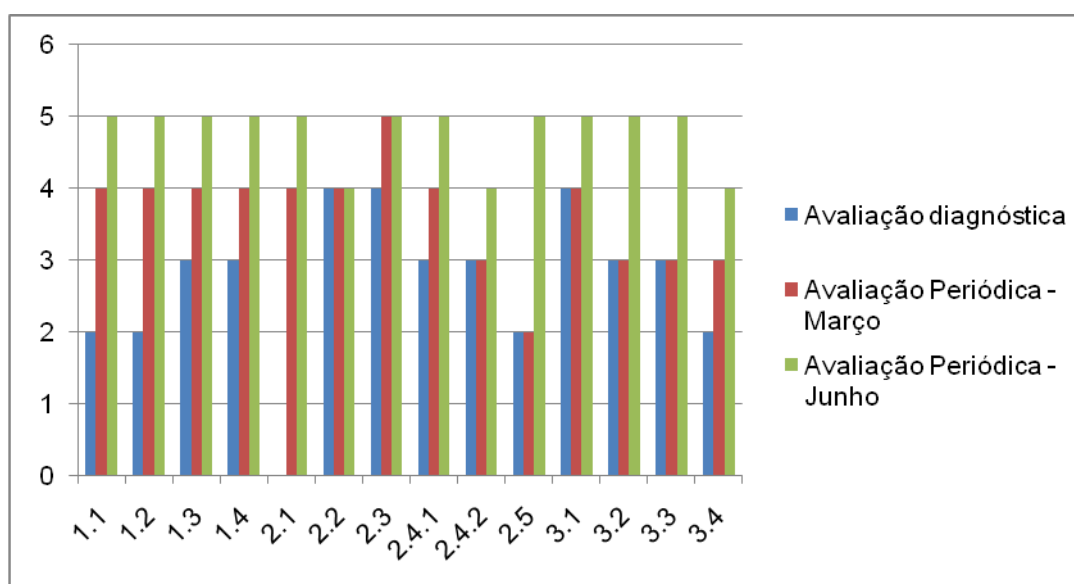
1) Evolução dos resultados nas avaliações diagnóstica e periódicas, aluno a aluno

Quadro n.º16 – Evolução da Alexandra

Alexandra			
Parâmetros \ Avaliação	Diagnóstica	Periódica Março	Periódica Junho
Postura Corporal			
1.1	2	4	5
1.2	2	4	5
1.3	3	4	5
1.4	3	4	5
Desempenho Respiratório			
2.1	-	4	5
2.2	4	4	4
2.3	4	5	5
2.4.1	3	4	5
2.4.2	3	3	4
2.5	2	2	5
Desempenho Vocal			
3.1	4	4	5
3.2	3	3	5
3.3	3	3	5
3.4	2	3	4

Os resultados observáveis no quadro acima, traduzem-se no gráfico seguinte:

Gráfico n.º1 – Evolução da Alexandra



Nota: a numeração marcada no eixo dos xx corresponde às alíneas dos subparâmetros apresentados nos Anexos III e IV.

Pela observação do gráfico, identificamos o seguinte:

- só se verifica evolução na fonação no segundo momento de avaliação periódica;
- verificou-se uma evolução consistente ao nível da postura na primeira avaliação periódica. Seguida de uma progressão igualmente consistente verificada na avaliação de Junho;
- ao nível dos subparâmetros respeitantes ao universo respiratório, verifica-se uma progressão moderada (uma vez que apenas alguns dos subparâmetros evoluíram);
- no final do PE a aluna já compreendia e executava o exercício respiratório;
- a sua expansão respiratória não apresentou alterações significativas durante o PE;
- a coordenação na inspiração manifestou melhorias logo na primeira avaliação periódica;
- a estabilidade da coluna de ar na expiração fonatória mostrou melhorias graduais nos dois momentos de avaliação periódica;
- a coordenação da musculatura responsável pelo apoio vocal só mostrou evoluções significativas no segundo momento de avaliação periódica;
- a execução de frases completas só mostrou resultados na segunda avaliação periódica;
- ao nível do desempenho vocal pode afirmar-se que, no primeiro momento de avaliação periódica se verificou uma manutenção (com excepção da execução de dinâmicas que evoluiu). Verificou-se uma evolução consistente em Junho, no segundo momento de avaliação periódica (evolução em todos os subparâmetros considerados para desempenho vocal).

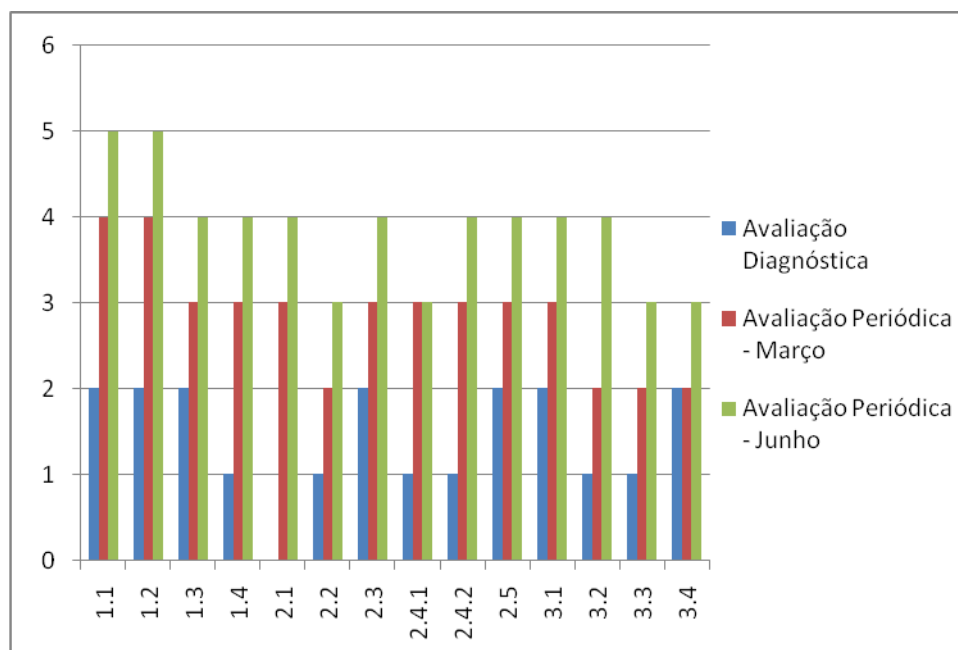
Interpretando o quadro e o gráfico apresentados e relacionando-os com os acontecimentos ao longo do PE, podemos afirmar que a

Alexandra mostrou evoluções imediatas ao nível da postura corporal. A facilidade e rapidez com que correspondeu às solicitações feitas relativamente à postura corporal denunciam uma propriocepção elevada, sendo possível que apenas não tivesse executado antes por não ter pensado ou abordado o assunto. Demonstrou facilidade em executar o exercício respiratório. Teve apenas pequenas evoluções na sua expansão respiratória, o que não se manifestou na avaliação quantitativa, mas desenvolveu substancialmente a sua capacidade de controlo dos processos respiratórios (subparâmetros 2.3; 2.4.1; 2.4.2). O seu controlo sobre o movimento muscular manifestou evoluções, nomeadamente no que concerne à expiração fonatória (subparâmetros 2.5 da avaliação). Esta evolução ao nível do controlo respiratório manifestou-se não só pela aquisição da possibilidade de execução de frases longas, mas também pelo melhoramento do desempenho vocal (todo o ponto 3), que se verificou no segundo momento de avaliação periódica (Junho).

Quadro n.º17 – Evolução da Caroline

Caroline			
Dimensões \ Avaliação	Diagnóstica	Periódica Março	Periódica Junho
Postura Corporal			
1.1	2	4	5
1.2	2	4	5
1.3	2	3	4
1.4	1	3	4
Desempenho Respiratório			
2.1	-	3	4
2.2	1	2	3
2.3	2	3	4
2.4.1	1	3	3
2.4.2	1	3	4
2.5	2	3	4
Desempenho Vocal			
3.1	2	3	4
3.2	1	2	4
3.3	1	2	3
3.4	2	2	3

Gráfico n.º2 – Evolução da Caroline



Nota: a numeração marcada no eixo dos xx corresponde às alíneas dos subparâmetros apresentados nos Anexos III e IV.

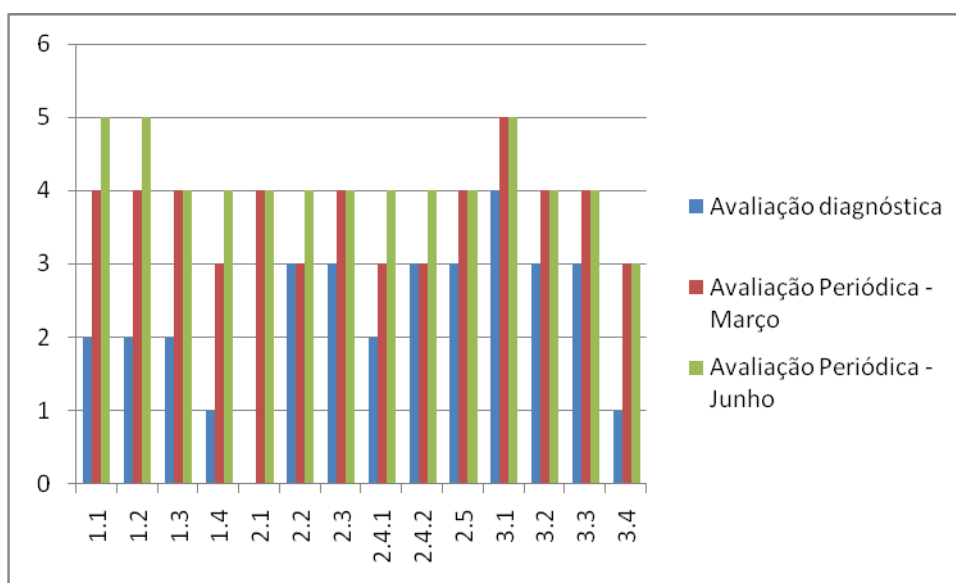
Pela observação do gráfico, identificamos o seguinte:

- verifica-se uma evolução consistente ao nível dos subparâmetros considerados para a postura (evolução mais acentuada no que diz respeito ao alinhamento do pescoço e da cabeça com a espinha dorsal);
- evolução consistente ao nível dos subparâmetros considerados para o desempenho respiratório. Sendo que se verifica também, no subparâmetro respeitante à evolução da estabilidade frequencial da coluna do ar na expiração, uma manutenção da evolução entre Março e Junho;
- ao nível do desempenho vocal, verificou-se uma progressão consistente, sendo que esta foi mais acentuada no que diz respeito à impostação vocal;
- verifica-se melhoria da afinação logo no primeiro momento de avaliação periódica.

Quadro n.º18 – Evolução do Luís

Luís			
Avaliação Parâmetros	Diagnóstica	Periódica Março	Periódica Junho
Postura Corporal			
1.1	2	4	5
1.2	2	4	5
1.3	2	4	4
1.4	1	3	4
Desempenho Respiratório			
2.1	-	4	4
2.2	3	3	4
2.3	3	4	4
2.4.1	2	3	4
2.4.2	3	3	4
2.5	3	4	4
Desempenho Vocal			
3.1	4	5	5
3.2	3	4	4
3.3	3	4	4
3.4	1	3	3

Gráfico n.º3 – Evolução do Luís



Nota: a numeração marcada no eixo dos xx corresponde às alíneas dos subparâmetros apresentados nos Anexos III e IV.

Pela observação do gráfico, identificamos o seguinte:

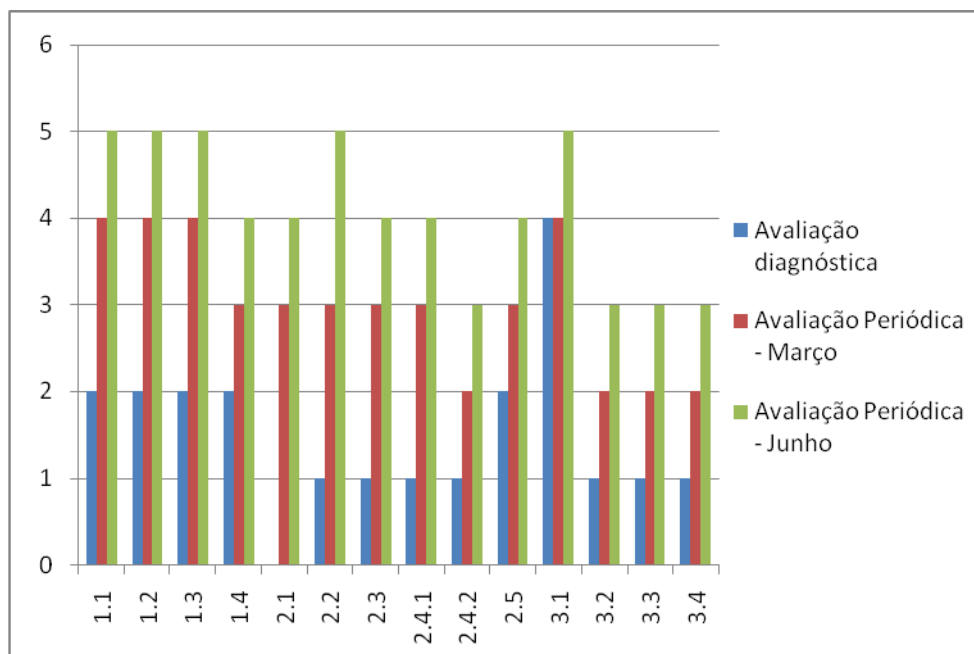
- apresenta uma progressão consistente ao nível da postura. Sendo que entre Março e Junho se faz apenas uma manutenção ao nível da postura erecta;

- ao nível do desempenho respiratório verifica-se uma progressão moderada;
- a expansão respiratória evoluiu sobretudo a parti de Março;
- a coordenação da musculatura envolvida na inspiração evoluiu até Março. Entre Março e Junho mantém-se;
- a estabilidade da coluna de ar na expiração fonatória teve uma progressão consistente e a execução de frases musicais completas apenas mostrou progressão na avaliação periódica de Junho;
- a execução de frases musicais completas mostrou progressão na avaliação periódica de Março e Manutenção na avaliação periódica de Junho;
- ao nível do desempenho vocal a progressão foi moderada, constantando-se isso na avaliação periódica de Março. Houve manutenção da mesma progressão na avaliação periódica de Junho. A principal e mais notória evolução deu-se ao nível da execução de dinâmicas.

Quadro n.º19 – Evolução da Margarida

Margarida			
Avaliação Parâmetros	Diagnóstica	Periódica Março	Periódica Junho
Postura Corporal			
1.1	2	4	5
1.2	2	4	5
1.3	2	4	5
1.4	2	3	4
Desempenho Respiratório			
2.1	-	3	4
2.2	1	3	5
2.3	1	3	4
2.4.1	1	3	4
2.4.2	1	2	3
2.5	2	3	4
Desempenho Vocal			
3.1	4	4	5
3.2	1	2	3
3.3	1	2	3
3.4	1	2	3

Gráfico n.º4 – Evolução da Margarida



Nota: a numeração marcada no eixo dos xx corresponde às alíneas dos subparâmetros apresentados nos Anexos III e IV.

Pela observação do gráfico, identificamos o seguinte:

- ao nível da postura, do desempenho respiratório e desempenho vocal verifica-se uma progressão consistente acentuada, em todos os subparâmetros considerados;
- evolução da estabilidade da coluna do ar na expiração fonatória;
- na primeira avaliação periódica (Março) mostra logo uma progressão consistente em todos os subparâmetros, sendo mais acentuada ao nível da postura e do desempenho respiratório.

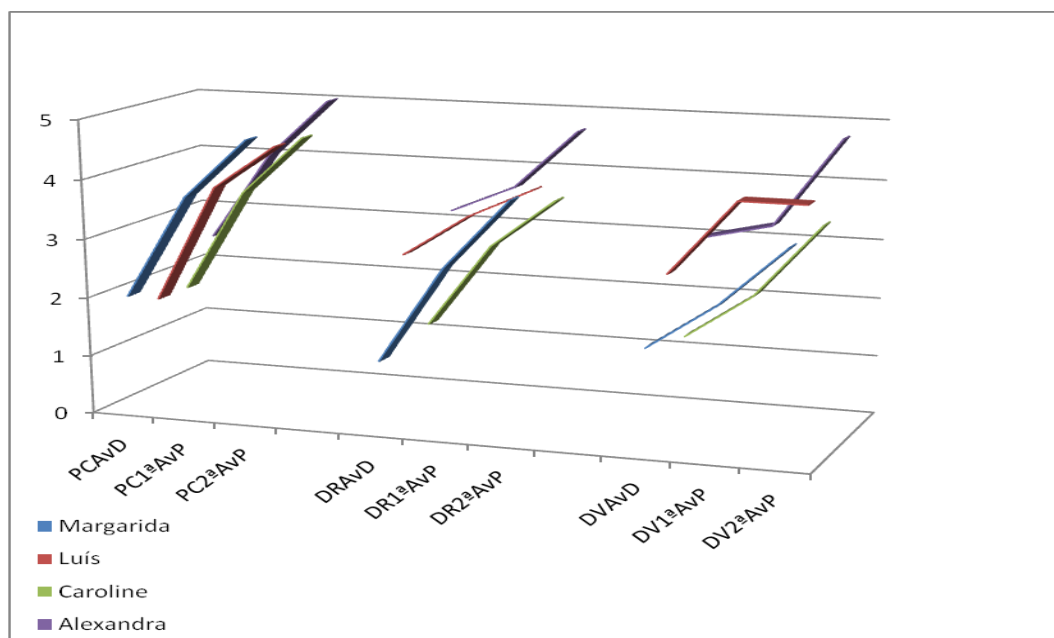
2) Evolução comparativa da média dos resultados nas avaliações diagnóstica e periódicas em cada uma das dimensões com agregação das suas subdimensões

Quadro n.º20 – Quadro comparativo da progressão dos alunos ao nível das diferentes dimensões consideradas

Dimensão	Postura Corporal			Desempenho Respiratório			Desempenho Vocal		
Avaliação Aluno	Jan	Mar	Jun	Jan	Mar	Jun	Jan	Mar	Jun
Alexandra	2,5	4	5	3,2	3,66	4,67	3	3,25	4,75
Caroline	1,75	3,5	4,5	1,4	2,83	3,66	1,5	2,25	3,5
Luís	1,75	3,75	4,5	2,8	3,5	4	2,75	4	4
Margarida	2	3,75	4,75	1,2	2,83	4	1,75	2,5	3,5

Nota: Jan – Janeiro: Avaliação diagnóstica; Mar – Avaliação periódica de Março; Jun – Avaliação periódica de Junho

Gráfico n.º5 - Gráfico comparativo da progressão dos alunos ao nível das diferentes dimensões consideradas



Nota: PCAvD – Postura Corporal na avaliação diagnóstica; PC1ªAvP – Postura Corporal na 1ª avaliação periódica; PC2ªAvP – Postura Corporal na 2ª avaliação periódica; DRAvD – Desempenho Respiratório na avaliação diagnóstica; DR1ªAvP – Desempenho Respiratório na 1ª avaliação periódica; DR2ªAvP – Desempenho Respiratório na 2ª avaliação periódica; DVAvD – Desempenho Vocal na avaliação diagnóstica; DV1ªAvP – Desempenho Vocal na 1ª avaliação periódica; DV2ªAvP – Desempenho Vocal na 2ª avaliação periódica.

Pela observação do gráfico, identificamos o seguinte:

- todos os alunos tiveram uma progressão consistente em todos os parâmetros;
- ao nível da postura, houve uma evolução paralela em todos;
- ao nível do Desempenho Respiratório, foram a Caroline e a Margarida quem mais progressão apresentou;
- ao nível do Desempenho Respiratório, a Margarida, a Caroline e o Luís apresentaram uma progressão mais acentuada na primeira avaliação periódica;
- Desempenho Respiratório: a Alexandra foi a única aluna a mostrar uma progressão mais acentuada no segundo momento de avaliação periódica;
- ao nível do Desempenho Vocal, as três alunas mostraram uma progressão mais acentuada no segundo momento de avaliação periódica. Já o Luís mostrou manutenção de resultados entre o primeiro e o segundo momento de avaliação periódica;
- a postura foi o parâmetro que mais depressa mostrou progressão.

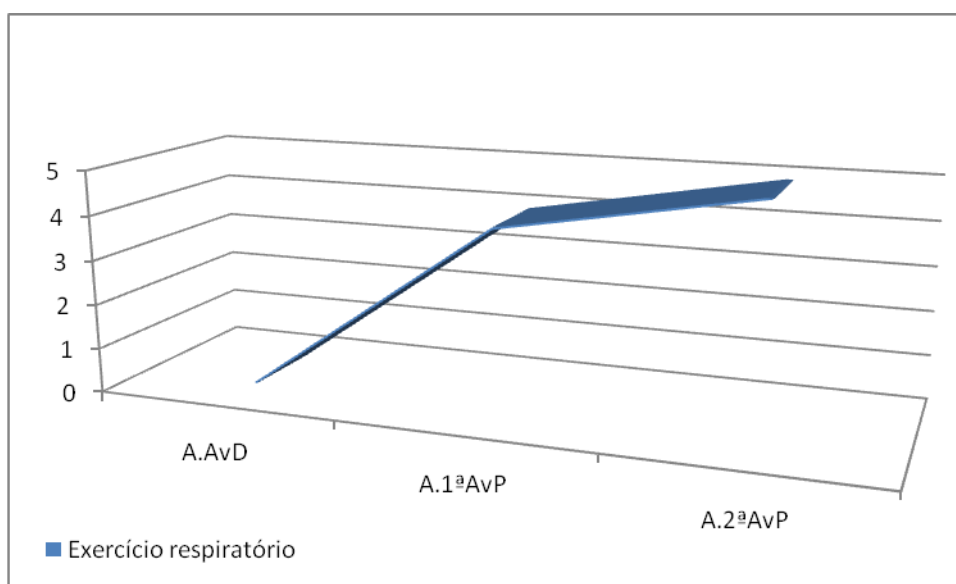
3) Evolução comparativa dos resultados nas avaliações diagnóstica e periódicas dos subparâmetros do parâmetro 2 (Desempenho Respiratório)

Como o nosso PE se debruçou sobre o Desempenho Respiratório, importa verificar a evolução de cada aluno relativamente aos subparâmetros do parâmetro 2.

Quadro n.º21 – Quadro Comparativo da Progressão na Expiração Fonatória

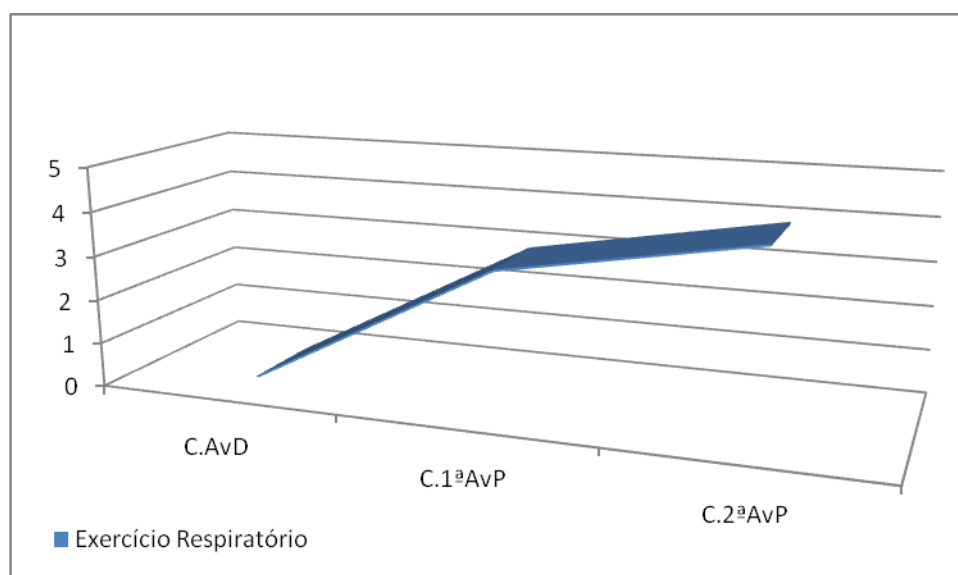
Aluno		Alexandra			Caroline			Luís			Margarida		
Avaliação diagnóstica/ Periódica		Jan	Mar	Jun	Jan	Mar	Jun	Jan	Mar	Jun	Jan/ Feb	Mar	Jun
Desempenho Respiratório	2.1	-	4	5	-	3	4	-	4	4	-	3	4
	2.2	4	4	4	1	2	3	3	3	4	1	3	5
	2.3	4	5	5	2	3	4	3	4	4	1	3	4
	2.4.1	3	4	5	1	3	3	2	3	4	1	3	4
	2.4.2	3	3	4	1	3	4	3	3	4	1	2	3
	2.5	2	2	5	2	3	4	3	4	4	2	3	4

Gráfico n.º6 – Gráfico comparativo da execução do Exercício Respiratório – Alexandra



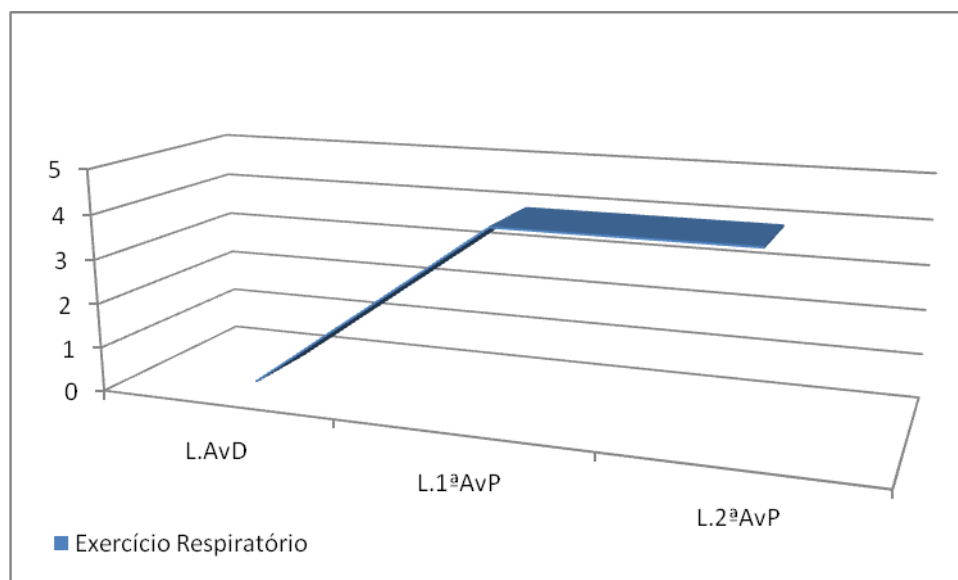
Nota: A.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica da Alexandra; A.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica da Alexandra; A.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica da Alexandra.

Gráfico n.º7 – Gráfico comparativo da execução do Exercício Respiratório – Caroline



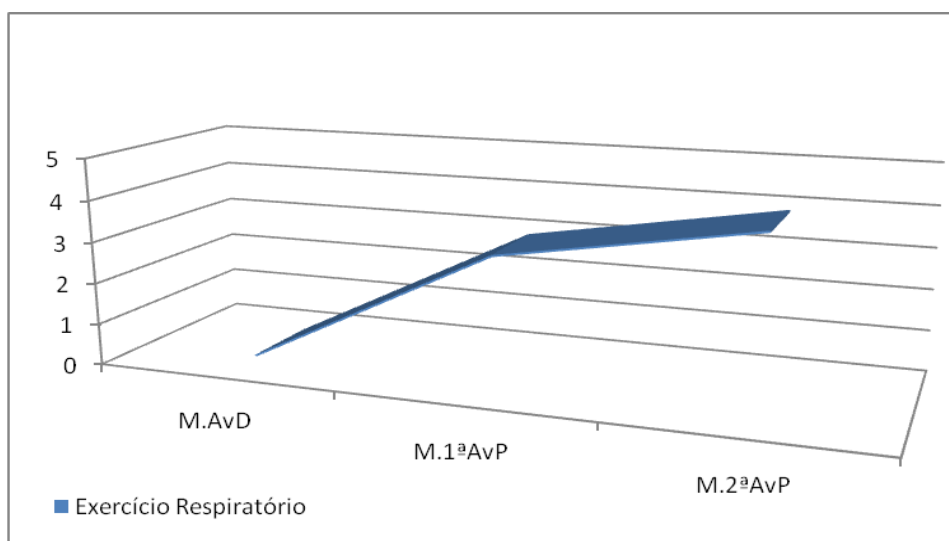
Nota: C.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica da Caroline; C.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica da Caroline; C.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica da Caroline.

Gráfico n.º8 – Gráfico comparativo da execução do Exercício Respiratório – Luís



Nota: L.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica do Luís; L.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica da Luís; L.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica do Luís.

Gráfico n.º9 – Gráfico comparativo da execução do Exercício Respiratório – Margarida

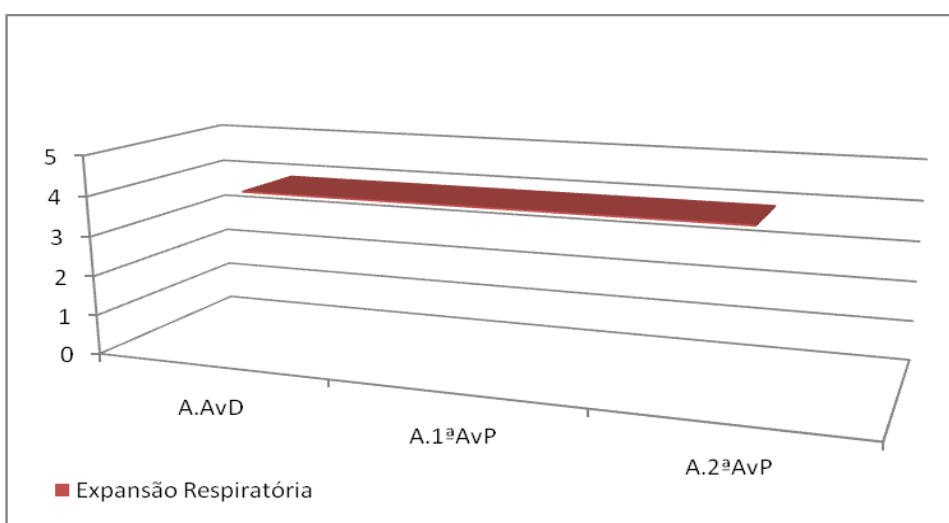


Nota: M.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica da Margarida; M.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica da Margarida; M.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica da Margarida.

Pela observação dos gráficos, constata-se que:

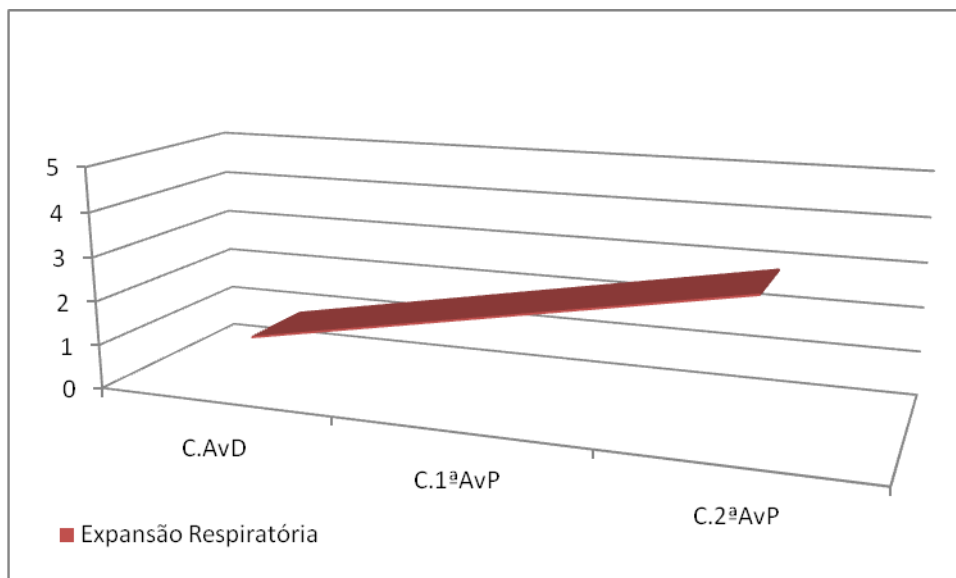
- a Alexandra foi a aluna que mostrou maior facilidade em executar o exercício respiratório;
- os outros três alunos atingiram o nível 4;
- o Luís não mostrou evolução entre as duas avaliações periódicas (Março/Junho).

Gráfico n.º10 – Gráfico comparativo da Expansão Respiratória – Alexandra



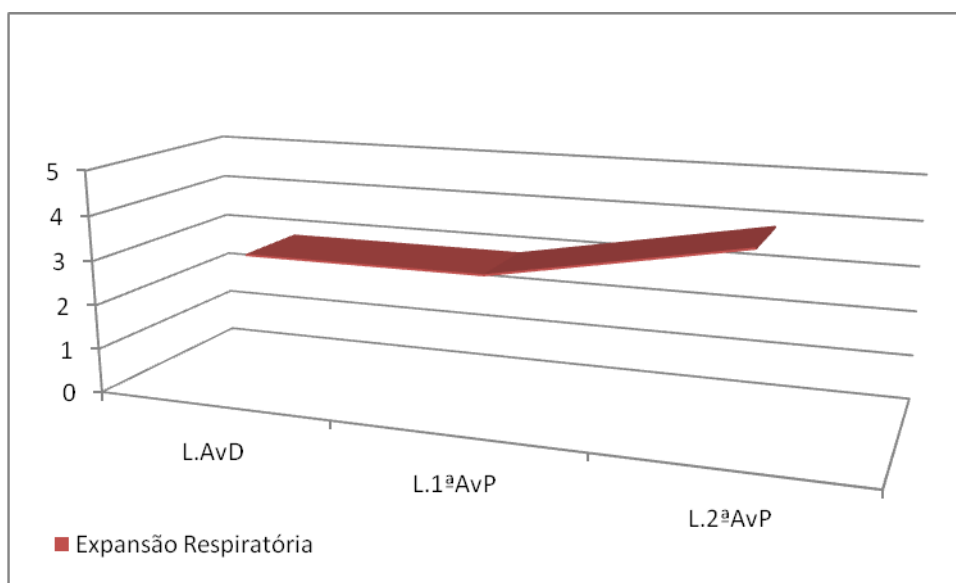
Nota: A.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica da Alexandra; A.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica da Alexandra; A.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica da Alexandra.

Gráfico n.º11 – Gráfico comparativo da Expansão Respiratória – Caroline



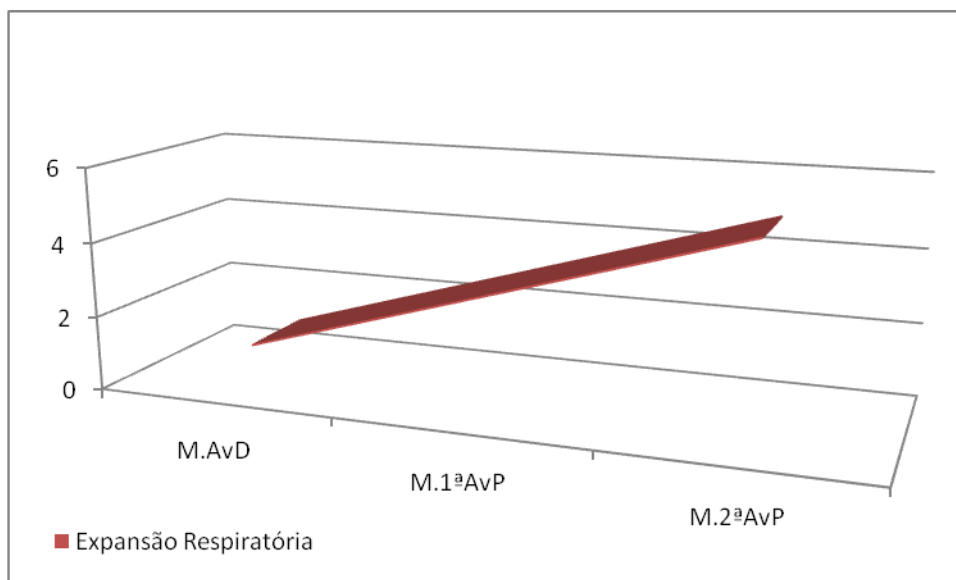
Nota: C.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica da Caroline; C.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica da Caroline; C.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica da Caroline.

Gráfico n.º12 – Gráfico comparativo da Expansão Respiratória – Luís



Nota: L.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica do Luís; L.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica do Luís; L.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica do Luís.

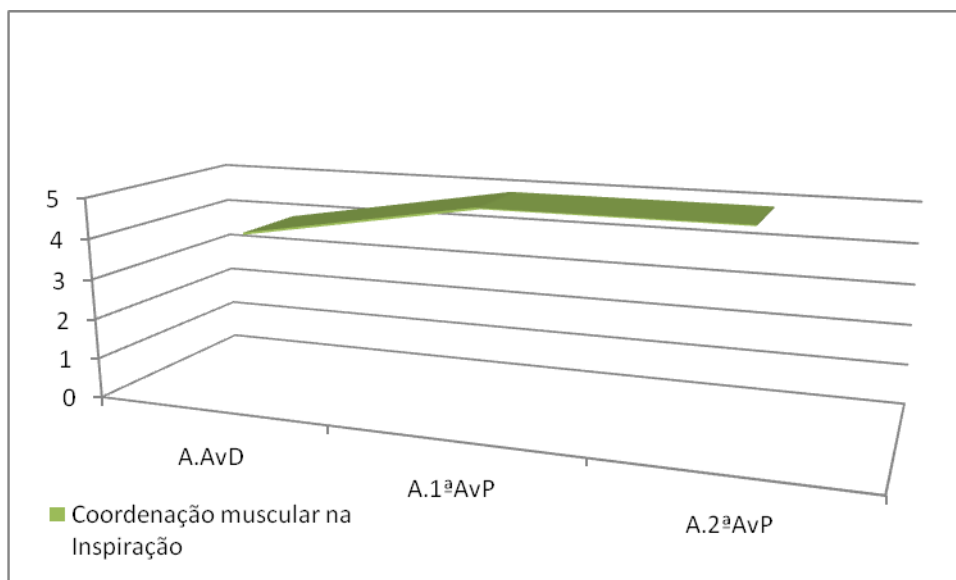
Gráfico n.º13 – Gráfico comparativo da Expansão Respiratória – Margarida



Nota: M.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica da Margarida; M.1ªAvP – valores da 1ª Avaliação Periódica da Margarida; M.2ªAvP – Valores da 2ª Avaliação Periódica da Margarida.

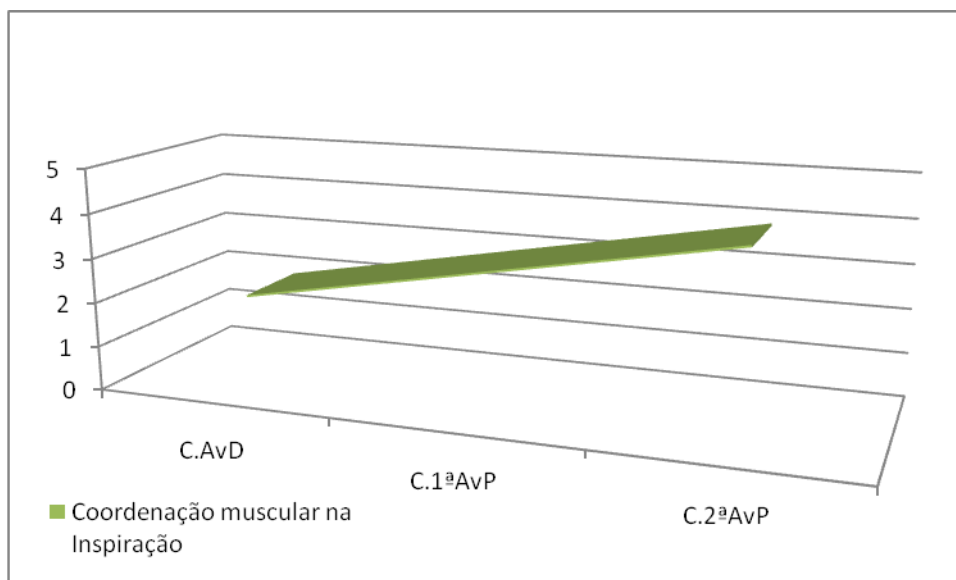
- a Alexandra apresentou manutenção da sua expansão respiratória;
- a Caroline mostrou uma progressão consistente, uma vez que mostra evolução nos dois momentos de avaliação periódica;
- o Luís apresentou manutenção entre o primeiro momento de avaliação e o segundo momento (Janeiro/Março), assim como uma progressão entre o primeiro momento de avaliação periódica (Março) e o segundo momento de avaliação periódica (Junho);
- a Margarida apresenta uma progressão consistente, tendo desenvolvido a sua expansão respiratória ao longo de todo o estudo.

Gráfico n.º14 – Gráfico referente à Coordenação da musculatura envolvida na Inspiração –
Alexandra



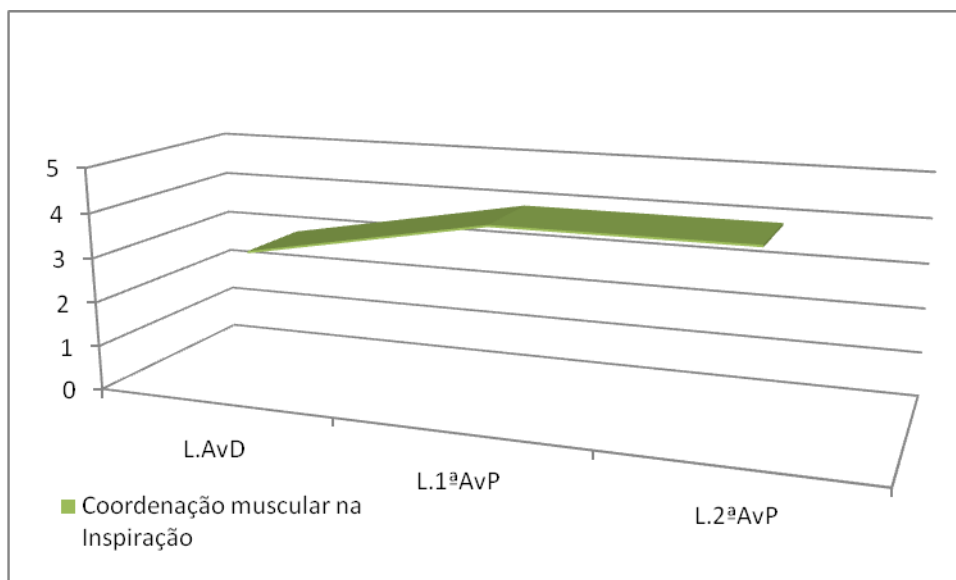
Nota: A.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica da Alexandra; A.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica da Alexandra; A.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica da Alexandra.

Gráfico n.º15 – Gráfico referente à Coordenação da musculatura envolvida na Inspiração –
Caroline



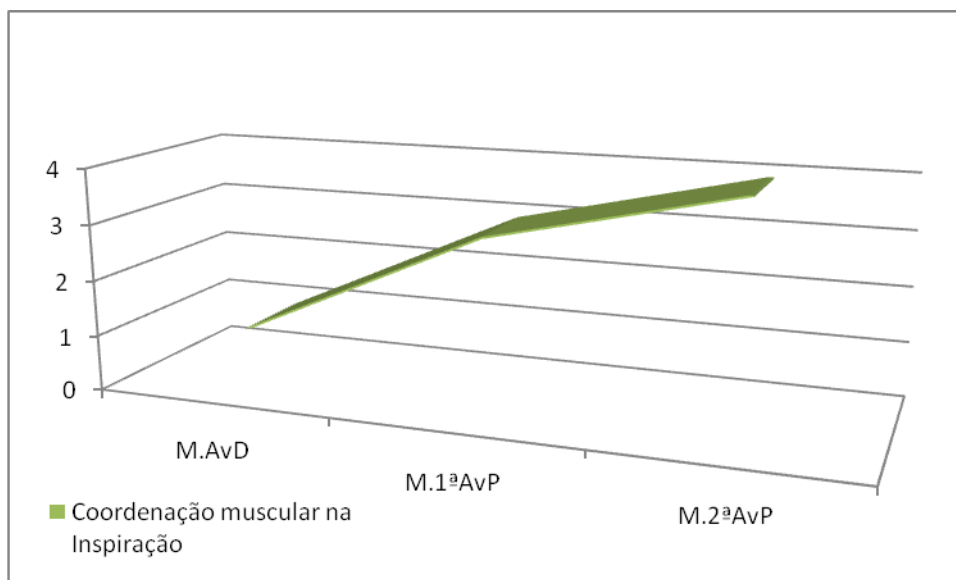
Nota: C.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica da Caroline; C.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica da Caroline; C.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica da Caroline.

Gráfico n.º16 – Gráfico referente à Coordenação da musculatura envolvida na Inspiração –
Luís



Nota: L.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica do Luís; L.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica do Luís; L.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica do Luís.

Gráfico n.º17 – Gráfico referente à Coordenação da musculatura envolvida na Inspiração –
Margarida

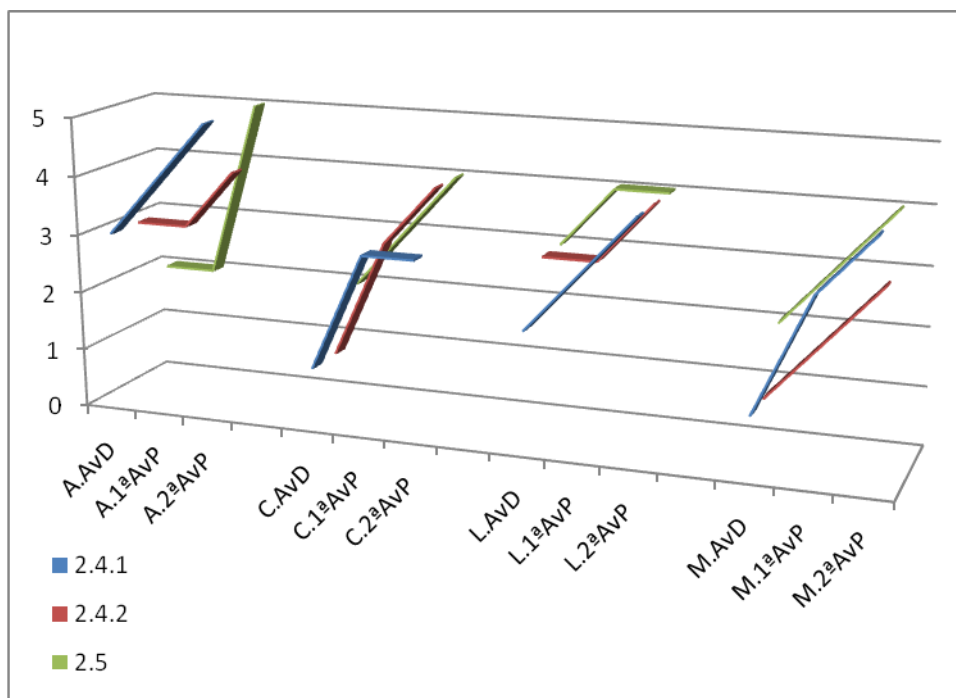


Nota: M.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica da Margarida; M.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica da Margarida; M.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica da Margarida.

- a Alexandra teve um primeiro momento de progressão entre a avaliação diagnóstica (Janeiro) e o primeiro momento de avaliação periódica; Entre os dois momentos de avaliação periódica deu-se uma manutenção dos conhecimentos e prática adquiridos, uma vez que já dominava o processo;
- a Caroline mostrou uma progressão consistente, uma vez que desenvolveu esta sua capacidade ao longo de todo o PE;
- o Luís mostrou progressão entre Janeiro e Março; e manutenção entre Março e Junho;
- a Margarida mostrou uma progressão consistente ao longo de todo o PE, no entanto este desenvolvimento foi mais acentuado ao longo do primeiro período de trabalho (entre Janeiro e Março).

Relativamente ao parâmetro Desempenho Respiratório, incluímos num só gráfico os três subparâmetros relativos à expiração fonatória.

Gráfico n.º18 – Gráfico comparativo de Progressão na Expiração Fonatória



Nota: A.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica da Alexandra; A.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica daAlexandra; A.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica da Alexandra; C.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica da Caroline; C.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica da Caroline; C.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica da Caroline; L.AvD

– valores da Avaliação Diagnóstica do Luís; L.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica do Luís; L.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica do Luís; M.AvD – valores da Avaliação Diagnóstica da Margarida; M.1ªAvP – valores da 1ªAvaliação Periódica da Margarida; M.2ªAvP – Valores da 2ªAvaliação Periódica da Margarida.

Quanto ao subparâmetro 2.4.1. - Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração:

- a Alexandra manifestou uma progressão consistente ao longo de todo o PE;
- a Caroline manifestou uma progressão moderada, tendo evoluído entre Janeiro e Março e realizado manutenção de conhecimentos e prática entre Março e Junho;
- o Luís mostrou uma progressão consistente;
- a Margarida Manifestou uma progressão consistente;

Quanto ao subparâmetro 2.4.2 - Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos musculos que constituem o apoio vocal:

- a Alexandra mostrou uma progressão moderada – entre Janeiro e Março, realizou manutenção de desenvolvimento de prática; Entre Março e Junho mostrou progressão;
- a Caroline mostrou uma progressão consistente – tendo evoluído mais acentuadamente entre Janeiro e Março;
- o Luís mostrou uma progressão moderada – tendo realizado uma manutenção do seu desenvolvimento entra Janeiro e Março, e mostrando evolução entre Março e Junho;
- a Margarida mostrou uma progressão consistente.

Quanto ao subparâmetro 2.5 - Duração da expiração fonatória:

- a Alexandra teve uma progressão consistente – apesar de só ter mostrado evolução entre Março e Junho, a melhoria da sua capacidade respiratória foi substancial;
- a Caroline mostrou uma progressão consistente.
- o Luís mostrou uma progressão moderada, uma vez que teve evolução entre Janeiro e Março mas entre Março e Junho realizou manutenção;
- a Margarida mostrou uma progressão consistente.

Analizados os resultados da expiração fonatória podemos contatar que:

- todos mostraram progressão moderada ou consistente;
- apenas a Alexandra conseguiu atingir níveis máximos de execução.

Numa muito breve síntese, e no seguimento da análise concretizada acima, passamos a identificar a incidência e ritmo de evolução de cada um dos alunos ao longo do PE, quanto aos três tópicos da Matriz 2 - Análise comparativa da evolução dos resultados das avaliações diagnóstica e periódicas.

1) Evolução dos resultados nas avaliações diagnóstica e periódicas, aluno a aluno

Alexandra:

- progressão imediata e consistente ao nível da postura;
- progressão moderada do desempenho respiratório;
- evolução do controlo respiratório;
- progressão do desempenho vocal;
- evolução da estabilidade da coluna de ar na expiração fonatória;
- evolução da coordenação da musculatura responsável pelo apoio vocal.

Caroline:

- progressão consistente ao nível da postura;
- progressão consistente do desempenho respiratório;
- evolução da estabilidade da coluna do ar na expiração fonatória;
- progressão consistente do desempenho vocal, sendo que esta foi mais acentuada no que diz respeito à impostação vocal;

- melhoria da afinação logo no 1º momento de avaliação periódica.

Luís:

- progressão consistente ao nível da postura;
- progressão moderada do desempenho respiratório;
- progressão consistente da estabilidade da coluna de ar na expiração fonatória;
- progressão moderada do desempenho vocal (1ª avaliação periódica). A execução de frases musicais completas apenas mostrou progressão na avaliação periódica de Junho;
- evolução notória na execução de dinâmicas.

Margarida:

- progressão consistente da postura;
- progressão consistente do desempenho respiratório;
- evolução da estabilidade da coluna do ar na expiração fonatória;
- progressão consistente do desempenho vocal.

Do cotejo da síntese realizada para cada aluno, podemos constatar, como tendências comuns aos quatro alunos:

- progressão consistente da postura;
- progressão moderada ou consistente do desempenho respiratório;
- evolução da estabilidade da coluna do ar na expiração fonatória;
- progressão do desempenho vocal.

2) Evolução comparativa da média dos resultados nas avaliações diagnóstica e periódicas em cada um dos parâmetros com agregação dos seus subparâmetros

Pela observação dos gráficos, identificamos o seguinte:

- a postura foi o parâmetro que mais rapidamente mostrou progressão, paralela em todos os alunos;
- ao nível do desempenho respiratório todos progrediram, mas foram a Caroline e a Margarida quem mais progressão apresentou. A Margarida, a Caroline e o Luís apresentaram uma progressão mais acentuada na primeira avaliação periódica. A Alexandra foi a única aluna a apresentar progressão mais acentuada no 2º momento de avaliação periódica;
- ao nível da Desempenho Vocal, as três alunas mostraram uma progressão mais acentuada no segundo momento de avaliação periódica. Já o Luís mostrou manutenção de resultados entre o primeiro e o segundo momento de avaliação periódica.
- todos os alunos progrediram em todos os parâmetros.

3) Evolução comparativa dos resultados nas avaliações diagnóstica e periódicas dos subparâmetros do parâmetro 2 (Desempenho Respiratório)

- quanto à Execução do Exercício Respiratório (subparâmetro 2.1.) a **Alexandra** foi a aluna que mostrou maior facilidade; os outros três alunos atingiram o nível 4; o **Luís** manteve o nível entre as duas avaliações periódicas (Março/Junho). Constatou-se que todos os alunos concretizaram o exercício respiratório proposto, sendo a média dos níveis atingidos 4,75;
- quanto à Expansão Respiratória (subparâmetro 2.2.) a **Alexandra** apresentou manutenção; A **Caroline** mostrou uma

progressão consistente; O **Luís** apresentou manutenção entre a avaliação diagnóstica e o 1º momento de avaliação periódica, assim como uma progressão entre o 1º e o 2º momento de avaliação periódica; A **Margarida** apresenta uma progressão consistente, tendo desenvolvido a sua expansão respiratória ao longo de todo o estudo. Constatou-se que todos os alunos realizaram progressão quanto à expansão respiratória;

- quanto à Coordenação muscular do aparelho respiratório no processo de inspiração (subparâmetro 2.3.) a **Alexandra** teve um primeiro momento de progressão entre a avaliação diagnóstica e o 1º momento de avaliação periódica; entre os dois momentos de avaliação periódica já dominava o processo; a **Caroline** mostrou uma progressão consistente, uma vez que desenvolveu esta competência ao longo de todo o PE; o **Luís** mostrou progressão entre Janeiro e Março e manutenção entre Março e Junho; a **Margarida** mostrou uma progressão consistente ao longo de todo o PE, no entanto este desenvolvimento foi mais acentuado ao longo do primeiro período de trabalho (Janeiro e Março). Constatou-se que todos os alunos realizaram progressão quanto à coordenação muscular do aparelho respiratório no processo de inspiração.
- quanto à Estabilidade Freqüencial da Coluna do ar Durante a Expiração (subparâmetro 2.4.1.) a **Alexandra** manifestou uma progressão consistente. A **Caroline** manifestou uma progressão moderada, tendo evoluído entre Janeiro e Março e realizado manutenção de conhecimentos e prática entre Março e Junho; O **Luís** mostrou uma progressão consistente; A **Margarida** manifestou uma progressão consistente.
- quanto ao Trabalho de Suporte do Canto pelo Conjunto dos Músculos que constituem o Apoio Vocal (subparâmetro 2.4.2.) a **Alexandra** mostrou uma progressão moderada; A **Caroline** mostrou uma progressão consistente – tendo evoluído mais

acentuadamente entre Janeiro e Março; O **Luís** mostrou uma progressão moderada – tendo realizado uma manutenção do seu desenvolvimento entre Janeiro e Março, e mostrando evolução entre Março e Junho; A **Margarida** mostrou uma progressão consistente.

- quanto à Duração da Expiração Fonatória (subparâmetro 2.5.) a **Alexandra** teve uma progressão consistente – apesar de só ter mostrado evolução entre Março e Junho, a melhoria da sua competência respiratória foi substancial; A **Caroline** mostrou uma progressão consistente; O **Luís** mostrou uma progressão moderada, uma vez que teve evolução entre Janeiro e Março mas entre Março e Junho realizou manutenção; A **Margarida** mostrou uma progressão consistente.

Analizados os resultados relativos à expiração fonatória, que correspondem aos três últimos subparâmetros tratados acima (2.4.1., 2.4.2., 2.5.), podemos constatar que:

- todos os alunos mostraram progressão moderada ou consistente;
- só a Alexandra conseguiu atingir níveis máximos de execução.

2.3. Testemunhos Recolhidos nas Entrevistas

Nesta parte do DAPE, pretende-se expôr os dados recolhidos em entrevista semi-estruturada realizada aos alunos envolvidos no estudo, em momento posterior à realização do PE. Com esse fim, é apresentado, em primeiro lugar, o *Quadro Exploratório do Material Recolhido nas Entrevistas*, no ponto 2.3.1.; em segundo lugar, é feita uma análise e reflexão a partir desse material, no ponto 2.3.2..

Partindo dos testemunhos dos quatro alunos, através da análise das transcrições das entrevistas, propomo-nos verificar qual o grau de consciencialização - sobre a relação do processo respiratório com a actividade fonatória - que resultou de todo o processo desenvolvido no contexto do PE, bem como qual a evolução quanto à postura, confiança e atitude perante a sua vocalidade.

2.3.1. Quadro Síntese do Material Recolhido nas Entrevistas

Da realização das entrevistas resultou material rico em informação sobre as temáticas, relativas ao PE, que se pretendeu tratar. Os alunos, quando questionados em contexto de entrevista semi-estruturada, explicitaram as suas vivências e representações em torno da experiência de participar no projecto.

Por uma questão de economia de espaço, e porque as transcrições completas das entrevistas se encontram em anexo [ver Anexos V, VI, VII e VIII], optámos por construir um quadro síntese com aquele que entendemos ser o material relevante para o nosso estudo. Como justificaremos abaixo, o Quadro Síntese da Recolha de Dados por Entrevista Semi-estruturada aos Alunos participantes no PE tomou por matriz organizadora as temáticas que presidiram à construção do guião. A estas foram acrescentadas subtemáticas que emergiram da análise das transcrições.

Passa-se à apresentação do quadro.

Quadro n.º22 – Quadro Síntese da Recolha de Dados por Entrevista Semi-estruturada aos Alunos participantes no PE

TEMÁTICAS ALUNOS	Contextualização da experiência musical e vocal do aluno.
Alexandra	<ul style="list-style-type: none">- Estuda canto desde 2007 (3 anos).- Teve 4 professores de canto.- Canta, fora do contexto das aulas de canto, num coro de câmara e usa a voz no seu contexto profissional: “Tenho uma actividade profissional que envolve falar com candidatos e fazer formações colectivas, e isso obriga-nos a utilizar a voz durante bastante tempo.”- Já teve problemas vocais (2007): fenda glótica e dois nódulos nas pregas vocais: “ (...) eu entrei no conservatório no seguimento de uma consulta com o otorrino, no final de 2006, em Dezembro. Já andava com uma rouquidão há algum tempo, por vezes ficava quase afónica, e tinha a sensação de ter qualquer coisa na garganta. Incomodava-me, tinha ali um objecto estranho, uma coisa estranha.”
Caroline	<ul style="list-style-type: none">- Estuda canto desde 2006, mas interrompeu durante um ano e meio (3 anos).- Teve 4 ou 5 professores de canto.- Canta, fora do contexto das aulas de canto, num coro de câmara e usa a voz no seu contexto profissional: “Nas aulas que dou na Universidade (...) dou-me conta que estou a falar com o apoio abdominal e fico contente por isso. (...) suponho que se continuasse a dar aulas no mesmo registo continuaria a ter problemas.”- Já teve problemas vocais (2006): “Um quisto numa corda vocal, na esquerda acho. Estive parada um ano e meio.”
Luís	<ul style="list-style-type: none">- Estuda canto há 5/6 anos: “Estudo Canto há 5/6 anos. Não continuamente, aos meus quinze anos comecei a estudar Canto. Depois houve um ou dois anos que parei.”- Teve 5 professores de canto.- Canta, fora do contexto das aulas de canto, numa tuna da universidade que

	<p>frequenta.</p> <p>- Nunca teve problemas vocais.</p>	
Margarida	<p>- Estuda canto há 3 anos.</p> <p>- Teve 3 professores</p> <p>- Canta, fora do contexto das aulas de canto, num coro de câmara (“Grupos corais mais vocacionados para música de câmara.”) e usa a voz no seu contexto profissional: “Por vezes estou a dar aulas, outras vezes estou em conferências, e aprendi muito com o canto – a colocar a voz quando estou a falar. Foi o Canto que me trouxe isso também. Porque eu falava muito de garganta. Não sei dizer muito bem. Sei que no final de duas horas lectivas, por exemplo, eu estava completamente sem voz.”</p> <p>- Nunca teve problemas vocais.</p>	
	Percepção do envolvimento da musculatura na inspiração para preparação da prática do Canto.	
Alexandra	<p>“(…) nem sempre o inspirar muito nos pode ajudar na saída do ar a seguir. Dependendo das situações ou do que se vai cantar, inspirar pouco ou inspirar muito também pode ajudar a que saia bem ou mal.”</p> <p>“(…) antes de iniciar a saída da voz, tenho que estar preparada em termos de intercostais para conseguir reter o ar.”</p> <p>“Como a nossa barriga, na inspiração, deve estar expandida, o diafragma não está para cima.”</p> <p>“Quando o ar entra, o nosso abdómen deve estar para fora.”</p> <p>“Para cantar, se não fizer uma boa inspiração a voz não vai sair como deve e vai, com certeza, provocar o mau funcionamento das cordas vocais.”</p>	
Caroline	<p>“Estou consciente da relação da respiração com o apoio vocal, sobretudo na primeira inspiração.”</p> <p>“Para mim, inspirar é sinónimo de abrir o corpo. Desde as costelas à parte abdominal.”</p> <p>“Há qualquer coisa que diz que estamos prontos e acciona os músculos que vão dar o apoio.”</p> <p>“Sinto que há qualquer coisa que baixa.”</p>	
Luís	<p>“Sim, a nível abdominal, essencialmente. (...) alargamento, empurrar a barriga para fora, tentar alargar os intercostais.”</p> <p>“[região abdominal e intercostal] Visiono como um balão a encher.”</p>	
Margarida	<p>“Quando inspiro sinto liberdade no diafragma.”</p> <p>“Quando colocamos a respiração ao nível do diafragma e dos abdominais (...)”</p>	
Alexandra	<p>- Abdominais</p> <p>- Intercostais</p> <p>- Diafragma</p>	Músculos Referidos
Caroline	<p>- Intercostais</p> <p>- Abdominais</p> <p>- Diafragma</p>	
Luís	<p>- Abdominais</p> <p>- Intercostais</p> <p>- Diafragma</p>	
Margarida	<p>- Diafragma</p> <p>- Abdominais</p>	
Alexandra	<p>“na inspiração, (...) o diafragma não está para cima.”</p> <p>“Quando preparamos a fonação o diafragma deve estar contraído.”</p>	Referências ao Diafragma
Caroline	- Percepciona o movimento do diafragma: “Sinto que há qualquer coisa que baixa.”	
Luís	“Na inspiração o diafragma vai para baixo.”	

Margarida	"Quando inspiro sinto liberdade no diafragma. Depois há uma sensação de contracção com a intenção de prolongar o som."	
	Percepção do envolvimento da musculatura na expiração fonatória.	
Alexandra	"[sobre a musculatura envolvida no apoio] o diafragma, os intercostais, os abdominais. Com eles fazemos o controlo da saída e da entrada do ar em função do apoio que quisermos." "O músculo diafragmático tem de estar bem seguro, a caixa torácica deve estar alargada, e o controlo do abdómen deve permitir conseguir controlar a saída do ar."	
Caroline	"Penso em ir devagar, em expirar de forma mais controlada." [Sobre a intervenção específica de determinados músculos durante a expiração no canto] "Sim, essencialmente dos abdominais", "Intercostais também."	
Luís	"Na expiração preocupo-me em não deitar o ar, todo de uma vez, para fora. (...) Contrariar o movimento abdominal, não deixar que o ar saia todo de uma vez."	
Margarida	"Tem que haver sempre movimento abdominal."	
Alexandra	"Quando preparamos a fonação o diafragma deve estar contraído e depois vai subindo." "Quando o ar entra o nosso abdómen deve estar para fora."	Referências ao diafragma
Caroline	"O diafragma está numa posição diferente. Ele vai recolhendo."	
Luís	"Na expiração o diafragma vai para cima."	
Margarida	"O diafragma na expiração tem que ser muito focado."	
	Percepções relativas ao apoio vocal	
Alexandra	"Para ter um apoio vocal a respiração seguramente que está envolvida." "Com eles [diafragma, intercostais e abdominais] fazemos o controlo da saída e da entrada do ar em função do apoio que quisermos." "Porque se não tivermos o apoio não conseguimos cantar bem."	
Caroline	"Para mim, inspirar é sinónimo de abrir o corpo. Desde as costelas à parte abdominal. " "Há qualquer coisa que diz que estamos prontos e acciona os músculos que vão dar o apoio." "Estou consciente da relação da respiração com o apoio vocal, sobretudo na primeira inspiração."	
Luís	"[Músculos em que pensa quando prepara o apoio vocal] Na região abdominal e intercostal."	
Margarida	"[relação que estabelece entre o processo respiratório e a activação do apoio vocal] Sim, sim, sim. E fundamentalmente quando colocamos a respiração a nível do diafragma e dos abdominais, aí consigo sentir. Mas isso também aprendi consigo. Com os anteriores professores não tinha esse ensinamento." "A parte abdominal é para mim a mais relevante." "A posição em que nós ficamos de pé (é muito importante assentar bem os pés), e depois criar a estrutura de apoio ao nível do diafragma e por vezes ao nível do coxix."	
Alexandra	- Controlo da saída de ar - relaciona o acto de respiração com apoio vocal	Sensações Referidas
Caroline	- abrir o corpo - sensação de estar pronto - relaciona inspiração com apoio vocal	
Luís	"alargamento, empurrar a barriga para fora, tentar alargar os intercostais. É isso que faço."	

Margarida	- a importância da postura corporal para o equilíbrio necessário à execução de apoio vocal.	
	Percepção do controlo sobre o aparelho respiratório e suas consequências ao nível da fonação.	
Alexandra	<p>“(…) noto é que tenho mais alguma segurança para fazer muitas coisas.”</p> <p>“Eu tive muitos problemas com legato (...) mas noto que estou melhor, assim como no ataque, no controlo da respiração.”</p> <p>“Consigo manter durante mais tempo a expiração.”</p> <p>“(…) os resultados têm sido sempre a melhorar e só pode estar relacionado com todos os exercícios de respiração que foram feitos ao longo do ano.”</p> <p>“A minha amplitude vocal está maior.”</p> <p>“Embora ainda seja meducas nos agudos, estou mais segura, sim. Noto que estou melhor a todos os níveis.”</p> <p>“A musculatura, a respiração... se tudo não funcionar bem algo vai correr mal.”</p>	
Caroline	<p>“Sinto-me mais confiante, com a voz. Sinto que tenho possibilidades. Sinto-me com mais potencial. Sinto-me mais liberta.”</p> <p>“Acho que houve uma evolução muito positiva.”</p> <p>“A nível da respiração, acho que já se avançou bastante. (...) tenho maior consciência dos movimentos musculares.”</p> <p>“Suponho que graças ao trabalho desenvolvido, senti que havia potencial de umas partes que não utilizava antes e que foram sendo desenvolvidas.”</p> <p>“Tenho maior consciência dos movimentos musculares. E sinto esses músculos a trabalhar, estão bastante presentes, enquanto que antes era uma coisa menos presente. E toda a parte da postura da boca, da laringe, dos espaços utilizados na boca, aqui [aponta para cara – maçãs do rosto], toda a parte da voz de cabeça. Que é uma das coisas que eu nunca tinha experimentado, foi fantástico, gostava de repetir outras vezes.”</p> <p>“Antes sentia que trabalhava muito aqui [indica o pescoço], fazia muito esforço na garganta. E agora sinto que há outras coisas que funcionam, não é só a garganta.”</p> <p>“Mesmo chegando a notas que não chegava antes, não tive mais problemas vocais.”</p>	
Luís	<p>“A respiração é a base de tudo. (...) Sinto grandes diferenças desde o início do ano.”</p> <p>“Senti diferenças no tal controlo da expiração. O chegar ao final de uma frase e ter mais ar para cantar. Não ter que respirar a meio de uma frase, conseguir cantar mais tempo sem respirar.”</p> <p>“Conseguir aguentar mais tempo a frase, mesmo na coluratura conseguir fazer mais rápido. Isso tem tudo a ver com a respiração e notei grandes diferenças.”</p> <p>“Acho que desenvolvi mais na parte da respiração.”</p> <p>“ [sobre a evolução sentida a nível respiratório e fonador] Senti.”</p>	
Margarida	<p>“Sinto bastante evolução. Inclusivamente ao nível da colocação da voz e da respiração.”</p> <p>“Uma coisa fabulosa que sinto (e senti consigo na aula) é o som a fazer ressonância no próprio corpo. Senti-lo a fazer uma ressonância interna. É incrível.”</p> <p>“Na respiração a evolução foi mais acelerada.”</p> <p>“[sobre a relação entre a evolução e o desenvolvimento da capacidade respiratória] Sem dúvida. Sem dúvida.”</p>	
Alexandra	<p>“Também me apercebi que os exercícios melhoraram marcadamente a respiração.”</p> <p>“a minha amplitude vocal está maior”</p>	Reflexão sobre a evolução até Páscoa
Caroline	“É como se estivesse mais sólido. É como se tivesse cimentado o que foi feito antes. As coisas estavam no sítio.”	
Luís	“Sim, sim, sim. Senti que havia alguma coisa diferente. O conseguir aguentar mais tempo a frase, mesmo na coluratura conseguir fazer mais rápido. Isso tem tudo a ver com a respiração e notei grandes diferenças.”	

	"Acho que desenvolvi mais na parte da respiração."	
Margarida	"Senti uma evolução imediata. E senti uma coisa que eu nunca tinha até então... que eu tenho um pavor à exposição, a exposição física, digamos assim. E o que eu senti foi um maior domínio do meu corpo." "Naqueles primeiros três meses, consegui perceber onde devia centrar a voz o que me permitiu depois fazer as coisas com muito mais leveza."	
Alexandra	"(...) noto é que tenho mais alguma segurança para fazer muitas coisas." "Não quer dizer que não estejamos nervosos, porque estamos. Mas já se consegue controlar os nervos porque sentimos que estamos mais seguros em relação ao que vamos passar."	Segurança na apresentação pública
Caroline	"Acho que houve uma evolução muito positiva (...) mais na parte de confiança."	
Luís		
Margarida	"Senti uma evolução imediata. E senti uma coisa que eu nunca tinha até então... que eu tenho um pavor à exposição, a exposição física, digamos assim. E o que eu senti foi um maior domínio do meu corpo." "Cantar é mais fácil."	
Alexandra	"Notei que a professora quis implementar o controlo e sustentação da expiração, nomeadamente nas frases, e nisso é diferente dos outros professores. E noto que foram trabalhados exercícios respiratórios: «respirar à mão», ou no início encostar-nos à parede, ou mesmo durante o próprio trabalho recomendou-nos posições e exercícios executáveis durante todo o dia." "A minha amplitude vocal está maior." "Noto que faço mais exercícios respiratórios no meu estudo."	Resultados dos exercícios respiratórios trabalhados em contexto de aula
Caroline	"Acho que tem muito a ver com o ensino que recebi de si." "Tenho a sensação que tenho as coisas mais sedimentadas, mais sólidas. Por exemplo a nível da respiração, sem dúvida." "Porque eu tinha muitas dificuldades na respiração, antes. Não conseguia fazer frases longas, cansava-me muito rapidamente, tinha que respirar imensas vezes. E acho que a técnica foi evoluindo para melhor, e agora consigo manter o ar durante mais tempo. Com menos ar consigo fazer mais. O que para mim é importante, importantíssimo, porque era uma das áreas mais frágeis que eu tinha."	
Luís	"senti diferenças no tal controlo da expiração"	
Margarida	"[relação que estabelece entre o processo respiratório e a activação do apoio vocal] Sim, sim, sim. E fundamentalmente quando colocamos a respiração a nível do diafragma e dos abdominais, aí consigo sentir. Mas isso também aprendi consigo. Com os anteriores professores não tinha esse ensinamento."	

Para evidenciar a relevância do material recolhido através da aplicação da entrevista semi-estruturada, passamos à análise do discurso dos alunos, já organizado em cima (Quadro n.º22), tomando por referência o "sistema de conceitos teorico-analíticos" [GUERRA, 2006: 62] constituído aquando da construção do Quadro organizador do guião da entrevista semi-estruturada (Quadro n.º5).

2.3.2. Análise dos Resultados

Como já vimos, segundo Guerra (2006), a “análise de conteúdo tem uma dimensão descritiva que visa dar conta do que nos foi narrado e uma dimensão interpretativa que decorre das interrogações do analista face a um objecto de estudo, com recurso a um sistema de conceitos teorico-analíticos (...).” [GUERRA, 2006: 62] Assim, para a organização conceptual do tratamento dos testemunhos, partimos da categorização que serviu de base à construção do guião da entrevista semi-estruturada (Quadro nº5). Através da análise do discurso, encontraram-se algumas subcategorias que também foram exploradas. Centramo-nos sobretudo, no que diz respeito à abordagem das entrevistas (numa lógica de análise de conteúdo, conforme ficou expresso no ponto 2.), numa análise, por um lado, dos temas, conceitos e expressões utilizadas pelos alunos; e, por outro lado, das atitudes face ao objecto de estudo, bem como à direcção e intensidade de opinião, sempre tendo por base a matriz que presidiu à construção do guião. Para efeito de organização da síntese analítica final, chamamos-lhe Matriz 3 – Análise das transcrições das Entrevistas. A Matriz 3 organiza-se da seguinte forma:

- 1) Contextualização da experiência musical e vocal do aluno;
- 2) Percepção do envolvimento da musculatura na inspiração para preparação da prática do Canto;
 - a) Músculos referidos;
 - b) Referências ao diafragma;
- 3) Percepção do envolvimento da musculatura na expiração fonatória;
 - a) Referências ao diafragma;
- 4) Percepções relativas ao apoio vocal;
 - a) Sensações referidas;
- 5) Percepção do controlo sobre o aparelho respiratório e suas consequências ao nível da fonação;
 - a) Reflexão sobre a evolução até à Páscoa;
 - b) Segurança na apresentação pública;
 - c) Resultados dos exercícios respiratórios trabalhados em contexto de aula.

Os dados relativos a cada uma das temáticas serão apresentados de forma comparativa, concretizando-se uma reflexão sobre as constatações que emergirem.

Analisado o material recolhido nas entrevistas, com base nessa organização temática e conceptual, pôde aceder-se às seguintes evidências:

1) Contextualização da experiência musical e vocal do aluno

- Quanto à *Contextualização da experiência musical e vocal do aluno*, constata-se que todos estudam canto há, pelo menos, 3 anos (em alguns casos, com períodos de interrupção), tendo, nesse percurso, no mínimo, um professor a cada ano. Todos têm alguma actividade vocal – Canto – fora do contexto da aprendizagem vocal; Dois dos alunos participantes no PE tinham histórico de patologias vocais.

2) Percepção do envolvimento da musculatura na inspiração para preparação da prática do Canto

- Quanto à *Percepção do envolvimento da musculatura na inspiração para preparação da prática do Canto*, todos os alunos referiram diafragma e abdominais, sendo que 3 deles referiram ainda intercostais. Algumas afirmações traduzem a apropriação do conhecimento relativo a este tópico. Por exemplo, o Luís afirma que pensa “a nível abdominal, essencialmente. (...) alargamento... empurrar a barriga para fora, tentar alargar os intercostais.” A Alexandra afirma que “Para cantar, se não fizer uma boa inspiração a voz não vai sair como deve e vai, com certeza, provocar o mau funcionamento das cordas vocais.” A Caroline, por seu turno, afirma: “Para mim, inspirar é sinónimo de abrir o corpo. Desde as costelas à parte abdominal.” Quanto à consciência da movimentação do diafragma, pela análise das afirmações, todos os alunos parecem ter apreendido o seu papel no processo da inspiração.

3) Percepção do envolvimento da musculatura na expiração na prática do Canto

- Quanto à *Percepção do envolvimento da musculatura na expiração fonatória*, encontramos afirmações que evidenciam que os alunos, uns de forma mais objectiva do que outros, reconhecem a necessidade de controlar a saída do ar na expiração fonatória, responsabilizando o diafragma, os intercostais e os abdominais por este processo: “O músculo diafragmático tem de estar bem seguro, a caixa torácica deve estar alargada, e o controlo do abdómen deve permitir controlar a saída do ar.” (Alexandra); “Na expiração preocupo-me em não deitar o ar, todo de uma vez, para fora. (...) Contrariar o movimento abdominal, não deixar que o ar saia todo de uma vez.” (Luís); “Penso em ir devagar, em expirar de forma mais controlada.” [Sobre a intervenção específica de determinados músculos durante a expiração no canto] “Sim, essencialmente dos abdominais”, “Intercostais também.” (Caroline); “Tem que haver sempre movimento abdominal.” (Margarida). Quanto à intervenção do diafragma no mesmo processo, todos os alunos parecem manifestar uma correcta consciência do seu movimento.

4) Percepções relativas ao apoio vocal

- Quanto às *Percepções relativas ao apoio vocal* os alunos afirmam, por exemplo: “Estou consciente da relação da respiração com o apoio vocal, sobretudo na primeira inspiração.” (Caroline); “Para ter um apoio vocal a respiração seguramente que está envolvida.” (Alexandra).

Embora seja de notar alguma confusão na compreensão do mecanismo de apoio vocal é de realçar que existe já uma sensibilidade para a relação entre o mecanismo respiratório e o mecanismo do apoio vocal, havendo uma aluna que menciona também a importância da postura corporal. “A posição em que nós ficamos de pé (é muito importante assentar bem os pés), e

depois criar a estrutura de apoio ao nível do diafragma e por vezes ao nível do coxis.” (Margarida). A nível das sensações os alunos referem a necessidade de controlar a saída do ar, a expansão abdominal e intercostal, bem como o equilíbrio do corpo.

5) Percepção da evolução da capacidade de controlo sobre o aparelho respiratório e suas consequências ao nível da fonação, bem como sobre a tomada de consciência da interacção entre respiração e fonação na prática do Canto

- Os testemunhos relativos à *Percepção do controlo sobre o aparelho respiratório e suas consequências ao nível da fonação*, pela sua importância central no contexto do PE, são apresentados recorrendo a subdivisões temáticas. Em termos mais gerais(i), verifica-se uma grande riqueza de referências que permitem constatar a ligação directa que todos os alunos fazem entre o trabalho desenvolvido no PE e a sua evolução como cantores. Por parecer justificar-se, transcrevemos aqui um maior número de afirmações.

A Alexandra afirma: “noto que estou melhor, assim como no ataque e no controlo da respiração.”; “Consigo manter durante mais tempo a expiração.”; “(...) os resultados têm sido sempre a melhorar e só pode estar relacionado com todos os exercícios de respiração que foram feitos ao longo do ano.”; “A minha amplitude vocal está maior.”; “Embora ainda seja meducas nos agudos, noto que estou melhor a todos os níveis.”

A Caroline afirma: “Sinto-me mais confiante, com a voz. Sinto que tenho possibilidades. Sinto-me com mais potencial. Sinto-me mais liberta.”; “Acho que houve uma evolução muito positiva.”; “A nível da respiração, acho que já se avançou bastante. Tenho maior consciência dos movimentos musculares.”; “Suponho que graças ao trabalho desenvolvido, senti que havia potencial de umas partes que não utilizava antes e que foram sendo desenvolvidas.”; “Tenho maior

consciência dos movimentos musculares. E sinto esses músculos a trabalhar, estão bastante presentes, enquanto que antes era uma coisa menos presente. E toda a parte da postura da boca, da laringe, dos espaços utilizados na boca, aqui [aponta para cara – maçãs do rosto], toda a parte da voz de cabeça. Que é uma das coisas que eu nunca tinha experimentado, foi fantástico, gostava de repetir outras vezes.”; “Antes sentia que trabalhava muito aqui [indica o pescoço], fazia muito esforço na garganta. E agora sinto que há outras coisas que funcionam, não é só a garganta.”; “Mesmo chegando a notas que não chegava antes, não tive mais problemas vocais.”

O Luís afirma: “A respiração é a base de tudo. (...) Sinto grandes diferenças desde o início do ano.”; “Senti diferenças no tal controlo da expiração. O chegar ao final de uma frase e ter mais ar para cantar. Não ter que respirar a meio de uma frase, conseguir cantar mais tempo sem respirar.”; “Conseguir aguentar mais tempo a frase, mesmo na coluratura conseguir fazer mais rápido. Isso tem tudo a ver com a respiração e notei grandes diferenças.”; “Acho que desenvolvi mais na parte da respiração.”

A Margarida afirma: “Sinto bastante evolução. Inclusivamente ao nível da colocação da voz e da respiração.”; “Uma coisa fabulosa que sinto (e senti consigo na aula) é sentirmos o som a fazer ressonância no próprio corpo. Senti-lo a fazer uma ressonância interna. É incrível.”

São evidentes as representações positivas que todos os alunos têm relativamente à própria evolução, constatando objectivamente esses progressos. É também muito clara a forma como fazem depender directamente a sua evolução do trabalho realizado no contexto do PE.

d) Reflexão sobre a evolução até à Páscoa;

No que diz respeito à *Percepção de Evolução até à Páscoa* (ii), todos os alunos afirmam ter sentido consistentes melhorias, o que fica bem ilustrado, por exemplo, pelas afirmações seguintes: “Naqueles primeiros três meses, consegui perceber onde devia centrar a voz o que me permitiu depois fazer as coisas com muito mais leveza.” (Margarida); “É como se estivesse mais sólido. É como se tivesse cimentado o que foi feito antes. As coisas estavam no sítio.” (Caroline); “O conseguir aguentar mais tempo a frase, mesmo na coluratura conseguir fazer mais rápido. Isso tem tudo a ver com a respiração e notei grandes diferenças.” (Luís); “Também me apercebi que os exercícios melhoraram marcadamente a respiração.” (Alexandra)

e) Segurança na apresentação pública;

Quanto à *Segurança na apresentação pública* (iii), todos os alunos afirmam ter sentido consistentes melhorias, o que fica bem ilustrado, por exemplo, pelas afirmações seguintes: “(...) noto é que tenho mais alguma segurança para fazer muitas coisas.” (Alexandra); “Não quer dizer que não estejamos nervosos, porque estamos. Mas já se consegue controlar os nervos porque sentimos que estamos mais seguros em relação ao que vamos passar.” (Alexandra); “Senti uma evolução imediata. E senti uma coisa que eu nunca tinha até então... que eu tenho um pavor à exposição, a exposição física, digamos assim. E o que eu senti foi um maior domínio do meu corpo.” (Margarida).

f) Resultados dos exercícios respiratórios trabalhados em contexto de aula

Quanto aos *Resultados dos exercícios respiratórios trabalhados em contexto de aula* (iii), todos os alunos afirmam ter sentido “diferenças no tal controlo da expiração” (Luís);

“coisas mais sedimentadas, mais sólidas. Por exemplo a nível da respiração, sem dúvida.” (Caroline); “Noto que faço mais exercícios respiratórios no meu estudo” (Alexandra); “Porque eu tinha muitas dificuldades na respiração, antes. Não conseguia fazer frases longas, cansava-me muito rapidamente, tinha que respirar imensas vezes. E acho que a técnica foi evoluindo para melhor, e agora consigo manter o ar durante mais tempo. Com menos ar consigo fazer mais. O que para mim é importante, importantíssimo, porque era uma das áreas mais frágeis que eu tinha.” (Caroline); “Notei que a professora quis implementar o controlo e sustentação da expiração, nomeadamente nas frases, e nisso é diferente dos outros professores” (Alexandra).

Todos os alunos afirmam, de uma forma ou outra, existir uma relação directa entre as melhorias sentidas e o trabalho realizado no contexto do PE.

2.4. Síntese Crítica dos Resultados

As três matrizes acima descritas [pontos 2.1., 2.2., e 2.3], construídas para uma melhor e mais sistemática análise dos dados recolhidos, permitem agora construir uma síntese geral dos resultados, da qual parecem emergir alguns patamares de coerência. Como já ficou esclarecido, propomo-nos aqui reflectir sobre os dados resultantes da aplicação dos três instrumentos de recolha utilizados, numa perspectiva compreensiva e descritiva. É pela emergência de uma coerência entre os resultados obtidos a partir de cada um dos três instrumentos, e numa perspectiva comparativa, que podemos, por via da verificação de constantes, compreender a forma como o PE, planificado e operacionalizado em função de actores, circunstâncias e contexto concretos, contribuiu para uma melhor e mais completa aprendizagem dos alunos. Foi nesse sentido que foram construídas as matrizes já apresentadas, que agora servirão para sintetizar os resultados obtidos, partindo de tendências, constantes, evidências e representações recolhidas, por via dos instrumentos aplicados.

Para cada uma das matrizes, constataram-se os seguintes resultados:

MATRIZ 1 – Análise dos Registos sistemáticos das aulas

1) Ritmo de evolução no exercício respiratório

- evolução geral positiva do nível de assimilação dos processos neuro-musculares trabalhados no exercício respiratório, com progresso geral ao longo do PE;
- evolução geral positiva na consciencialização do controlo muscular indispensável à concretização de um correcto processo respiratório;
- desenvolvimento geral de maior tolerância para com o erro, assumindo a identificação deste como uma oportunidade de aprendizagem e desenvolvimento;
- aumento geral da autonomia e confiança.

2) Evolução do desempenho na aplicação das aprendizagens à prática de relatório

- evolução nas dimensões da fonação que dependem de um melhor controlo muscular no processo respiratório (ataque da primeira nota, diminuição de portamentos, afinação, impostação vocal, concretização de frases longas e resistência vocal).

3) Factores externos que podem ter influenciado a evolução dos alunos

- as alunas com maior assiduidade alcançaram melhores resultados.

4) Evolução da atitude geral do aluno na aula de Canto

- evolução geral positiva do interesse por conhecer e compreender o funcionamento dos aparelhos respiratório e fonador, bem como a sua articulação;
- maior interesse geral pelo Canto e pelas aulas de Canto, que se evidenciou por uma maior proactividade.

MATRIZ 2 – Resultados da Análise sobre a Avaliação Periódica

1) Evolução dos resultados nas avaliações diagnóstica e periódicas, aluno a aluno

- progressão consistente da postura;
- progressão moderada ou consistente do desempenho respiratório;
- evolução da estabilidade da coluna do ar na expiração fonatória;
- progressão do desempenho vocal.

2) Evolução comparativa da média dos resultados nas avaliações diagnóstica e periódicas em cada um dos parâmetros com agregação dos seus subparâmetros

Todos os alunos progrediram em todas as dimensões:

- a postura foi a dimensão que mais rapidamente mostrou progressão, paralela em todos os alunos;
- quanto ao desempenho respiratório e vocal todos progrediram, ainda que a ritmos e níveis diferentes.

3) Evolução comparativa dos resultados nas avaliações diagnóstica e periódicas das subdimensões da dimensão 2 (Desempenho Respiratório)

- todos os alunos concretizaram o exercício respiratório proposto, estando a média dos resultados finais no nível 4,25;
- todos os alunos realizaram progressão quanto à expansão respiratória, atingindo uma média de resultados finais de 4;
- todos os alunos realizaram progressão quanto à coordenação muscular do aparelho respiratório no processo de inspiração, atingindo uma média de resultados finais de 4,25;
- analisados os resultados da expiração fonatória (estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração; trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos músculos que constituem o apoio vocal; duração da expiração fonatória) podemos constatar que:
 - todos os alunos mostraram progressão moderada ou consistente;
 - só a Alexandra conseguiu atingir níveis máximos de execução.

MATRIZ 3 – Resultados da Análise aos Testemunhos recolhidos nas Entrevistas

1) Contextualização da experiência musical e vocal do aluno

- todos estudam canto há, pelo menos, 3 anos (em alguns casos com períodos de interrupção);
- todos tiveram, no mínimo, um professor em cada ano;
- todos têm alguma actividade vocal fora do contexto da aprendizagem vocal.

2) Percepção do envolvimento da musculatura na inspiração para preparação da prática do Canto

- todos os alunos referiram diafragma e abdominais, sendo que 3 deles referiram ainda intercostais;
- quanto à consciência da movimentação do diafragma, todos os alunos parecem ter apreendido o seu papel no processo da inspiração.

3) Percepção do envolvimento da musculatura na expiração fonatória

- encontramos afirmações que evidenciam que os alunos reconhecem a necessidade de controlar a saída do ar na expiração fonatória, responsabilizando o diafragma, os intercostais e os abdominais por este processo;
- quanto à intervenção do diafragma no mesmo processo, todos os alunos parecem manifestar uma correcta consciência do seu movimento.

4) Quanto às Percepções relativas ao apoio vocal

- os alunos mostram ter compreendido a importância do processo respiratório para a realização do apoio vocal;
- a nível das sensações os alunos referem a necessidade de controlar a saída do ar, a expansão abdominal e intercostal, bem como o equilíbrio do corpo.

5) *Percepção do controlo sobre o aparelho respiratório e suas consequências ao nível da fonação*

- verifica-se uma grande riqueza de referências que permitem constatar a ligação directa que todos os alunos fazem entre o trabalho desenvolvido no PE e a sua evolução como cantores;
- são evidentes as representações positivas que todos os alunos têm relativamente à própria evolução, constatando objectivamente esses progressos;
- é também muito clara a forma como fazem depender directamente a sua evolução a este nível do trabalho realizado no contexto do PE.

5.1) *Percepção de Evolução até à Páscoa*

- todos os alunos afirmam ter sentido consistentes melhorias, o que fica bem ilustrado em multiplas afirmações.

5.2) *Segurança na apresentação pública*

- três dos alunos afirmam ter sentido consistentes melhorias, a este nível, sendo que o Luís não se pronunciou.

5.3) *Resultados dos exercícios respiratórios trabalhados em contexto de aula*

- todos os alunos afirmam ter sentido melhorias no controlo do processo respiratório;
- todos os alunos afirmam uma relação directa entre as melhorias sentidas a este nível e o trabalho realizado no contexto do PE.

Verifica-se evidência de evolução positiva dos resultados relativos e dependentes do processo respiratório, quer (i)ao nível dos registos de aula, quer (ii)ao nível da comparação dos resultados das avaliações diagnóstica e periódicas (seus parâmetros e subparâmetros), quer (iii)no que resulta da análise dos testemunhos tomados em momento posterior à conclusão do PE, parecendo emergir uma relação directa entre a aplicação do exercício

respiratório e a evolução geral positiva constatada pela autora, vertida nos registros e na avaliação, e descrita pelos próprios alunos no momento da entrevista semi-estruturada.

Parece, assim, pertinente dedicar-se um momento específico da aula ao exercício respiratório, nomeadamente em alunos que, isoladamente ou de forma articulada, realizam movimentos musculares equívocos no processo respiratório, que denunciem tensão muscular excessiva, que apresentem uma expiração fonatória curta, bem como em alunos que tenham dificuldades na passagem da voz para o registro agudo. Esta constatação, parece reforçar o seu fundamento pela verificação de coincidência entre os resultados da dimensão prática (operacionalizada por via do PE) e os fundamentos teóricos que emergiram na exploração da bibliografia (que apontaram para a importância estruturante do processo respiratório para o exercício do Canto).

CONCLUSÃO

No desenvolvimento do PE e na construção do DAPE, não procuramos dados definitivos e generalizáveis, mas um desenvolvimento dúplice professor/aluno (do professor, numa lógica de investigação-acção – ver Nota de rodapé n.º 50; do aluno, numa lógica de metodologia do projecto). Optámos por uma abordagem metodológica que permitisse a resolução de problemas concretos dos alunos ao longo do desenvolvimento do PE e que, em simultâneo, proporcionasse a recolha de dados, quer sobre o problema identificado, quer sobre o quadro teórico que orientou a acção, quer sobre a forma de observação e registo sistemático da acção, análise dos dados e reflexão sobre os dados.

A nossa acção procurou representar uma intervenção que iniciasse uma mudança no seio da situação concreta, uma mudança na tomada de consciência e nas práticas. Procurámos que as aprendizagens se baseassem, num primeiro momento, na compreensão da situação-problema, e num segundo momento, na exploração de exercícios que resultassem num processo de mudança técnica.

Este trabalho, na sua dupla vertente de intervenção pedagógica (PE) e momento de investigação (DAPE), representou uma oportunidade de primordial importância para o meu desenvolvimento pessoal e profissional, devido ao aprofundamento dos contextos envolvidos nos três vértices de um triângulo dentro do qual tudo se passou: investigação/reflexão, acção pedagógica, aprendizagem.

No fundo, neste trabalho, seguimos a posição de Bolbec quando afirma que os “actores colocam-se em investigação para melhorar a sua prática.” [BOLBEC, 2003: 503] Nesse contexto, faço um balanço altamente positivo deste processo enquanto motor do meu desenvolvimento profissional. Também esta evolução é um resultado de todo o processo. Claro que isso me obrigou, enquanto professora, a desenvolver, e parafraseando BOLBEC (2003), um esforço constante para realizar ao mesmo tempo acção e reflexão; para reflectir sobre a minha acção com vista a melhorá-la; para agir observando-me, com o objectivo de desenvolver o meu saber. [BOLBEC, 2003: 503]

No contexto do estudo, procurei utilizar um conjunto “de métodos para obter dados e melhorar a prática”. No entanto, esses métodos foram sempre “adaptados para permitir investigação sem prejudicar a prática.” [BOLBEC, 2003: 503] Enquanto investigadora, procurei seguir o conselho do mesmo autor quando afirma: “o investigador envolve-se directamente na resolução do problema, ele não se percebe como neutro.” [BOLBEC, 2003: 503]

Pela própria natureza da metodologia assumida, a generalização não é possível a partir deste estudo – baseado em casos individuais – uma vez que o seu valor (as descrições; as constante verificadas; a coincidência entre os resultados e os dados que emergiram da recolha bibliográfica) assenta na evolução técnica dos alunos, bem como na minha evolução como docente. Decorrerá, ainda, do facto de o presente documento ficar agora à disposição de todos para análise das descrições e processos.

Lembramos que, segundo Bassey, e no contexto do paradigma em que nos movemos, “o facto de um estudo poder ser relatado é mais importante do que a possibilidade de ser generalizado.” [BASSEY, 1981: 85 citado por BELL, 1997: 24] Respeitando esta opinião, e tentando segui-la, procuramos que os registos fossem pormenorizados de forma suficiente para que qualquer professor que trabalhe numa situação semelhante possa partilhar desta experiência (aproveitando-a ou sujeitando-a à crítica).

Como em todos os trabalhos desta natureza, existiram limitações, algumas impostas por condições estruturais (decorrentes da natureza temporal do projecto, da normativa académica e institucional, das opções metodológicas), outras impostas por circunstâncias conjunturais (decorrentes da história dos alunos enquanto alunos de Canto, da imponderabilidade da vida dos alunos e da professora, de influências externas provenientes das actividades do Conservatório, da evolução de cada aluno, bem como da sua actividade artística fora do contexto da aula de Canto). De todas essas circunstâncias, realço apenas as que me parecem assumir maior importância no contexto do meu trabalho. (i)Do facto de estes alunos terem mudado de professor todos os anos em que estudaram Canto (numa fase de iniciação), por vezes mais do que uma vez, emergem duas reflexões. Por um lado, somos levados a pensar que esse processo os conduziu a encruzilhadas técnicas que explicarão, pelo menos parcialmente, as dificuldades identificadas na avaliação

diagnóstica ao nível do processo respiratório. Por outro, não podemos deixar de constatar que se trata de uma influência do factor interioridade, uma vez que grande parte dos professores que leccionam no CRMVR são oriundos do litoral e é grande a sua rotatividade. (ii)O facto de existirem duas alunas com histórico de problemas de patologia vocal, foi sempre marcante uma vez que representou um desafio acrescido que esteve presente permanentemente no meu horizonte de acção e de reflexão. (iii)A diferença de idades e a assiduidade foram duas circunstâncias que parecem ter influenciado os resultados, uma vez que as alunas mais assíduas obtiveram maior evolução e o aluno mais novo, detendo grande potencial, terá sido aquele que menos se dedicou, não evoluindo de acordo com a expectativa inicialmente criada pela professora.

Reflectindo sobre o trabalho realizado e sobre a pertinência do tema tratado, considero relevante a realização de futuros estudos sobre o mesmo, com um intervalo de tempo alargado e que abranjam um maior número de alunos participantes.

Os resultados alcançados, sintetizados no contexto das três matrizes de leitura construídas, são motivo de satisfação pessoal, uma vez que trazem à superfície – tornam patente – aquilo que de mais importante aconteceu neste projecto: a evolução dos alunos por via da resolução de alguns dos problemas com que se defrontavam enquanto estudantes de Canto; a sua satisfação pessoal por terem alcançado uma maior segurança na prática do Canto.

FONTES

BIBLIOGRAFIA

CARVALHO, Adalberto Dias; ALMEIDA, Leandro; AFONSO, Manuela; ARAÚJO, Edelvina (1993). *A Construção do Projecto Escola*. Porto: Porto Editora.

AGUIAR, Maria Cristina Pais (2007): *O ensino do Canto em Portugal: uma perspectiva analítico-reflexiva a partir de meados do século XX* (Tese de Mestrado). Aveiro: Universidade de Aveiro.

ALEXANDER, Alfred (1997): "What Every Singer Should Know about the Voice" in Falkner, Keith (ed). *Voice: Yehudin Menuhin Music Guides*. Great Britain: Halsan&Co Ltd. (pp. 26-32).

ALVES, J. (1995). *Organização, Gestão e Projecto Educativo das Escolas*, Asa, Porto.

BAKER, Janet (1997): "The Life of a Singer Today" in Falkner, Keith (ed). *Voice: Yehudin Menuhin Music Guides*. Great Britain: Halsan&Co Ltd. (pp. 87-94).

BELL, Judith (1997): *Como Realizar um projecto de Investigação*. Lisboa: GRADIVA. (pp. 140-201).

BLIVET, Jean-Pierre (1999): *Les Voix du Chant – Traité de technique vocale*. Fayard: Librairie Arthème Fayard.

BOGDAN, Robert C. ; BILKLEN, Sari K. (1994): *Investigação Qualitativa em Educação*. Porto: Porto Editora.

CORTESÃO, L. (1988). *Projecto, interface de expectativa e intervenção*, in LEITE, E., MALPIQUE, M., SANTOS, M. (1992). *Trabalho de Projecto. Leituras Comentadas*. Edições Afrontamento, Porto.

COSTA, Maurício P. S. (2009). *Metodologias de Ensino e Relatório nas Filarmónicas da Valpaços*. (Tese de Mestrado). Aveiro: Universidade de Aveiro.

CRITCHLEY, Macdonald (1997): "The Secret World of the Singer" in Falkner, Keith (ed). *Voice: Yehudin Menuhin Music Guides*. Great Britain: Halsan&Co Ltd. (pp. 33-39).

ESCUADERO, Maria Pilar (2002): *Educación de la Voz 1º (Ortofonía-Dicción-Canto-Ritmo)*. Villaviciosa de Odón: Grupo Real Musical.

ESTIENNE, F. (2004): *Voz Falada, Voz Cantada – Avaliação e terapia*. Rio de Janeiro: REVINTER.

FALKNER, Keith (1997): "Ancestral Voices" in Falkner, Keith (ed). *Voice: Yehudin Menuhin Music Guides*. Great Britain: Halsan&Co Ltd. (pp. 2-12).

FALKNER, Keith (1997): "Training: The Singer as Musician" in Falkner, Keith (ed). *Voice: Yehudin Menuhin Music Guides*. Great Britain: Halsan&Co Ltd. (pp. 51-69).

FALKNER, Keith (1997): "Training: The Singer as Technician" in Falkner, Keith (ed). *Voice: Yehudin Menuhin Music Guides*. Great Britain: Halsan&Co Ltd. (pp. 42-50).

FENEIS, Heinz; DAMBER, Wolfgang (2000): *Atlas de Bolso de Anatomia Humana*. Brasil: Manole.

FREITAS, Mário; LIMA, Jorge; RUIO, Lurdes (1996): *O Bicho Homem*. Rio Tinto: Asa.

Garcia, Carlos Marcelo (1987). *El Pensamiento del Professor*. Barcelona: Ediciones CEAC.

GOLDRATT, E. (2004). *The Goal – a processo of ongoing improvement*. North River Press.

GRANGEIRO, Maria Regina (1999): *Classificação Vocal: Aspectos Anatômicos e fisiológicos* (Monografia apresentada ao Curso de Especialização em Fonoaudiologia Clínica para a obtenção do Título de Especialista em Voz para Fonoaudiólogos). Brasil: Salvador BA.

GROVES, Charles (1997): “The Conductor and the Singer” in Falkner, Keith (ed). *Voice: Yehudin Menuhin Music Guides*. Great Britain: Halsan&Co Ltd. (pp. 266-269).

GUERRA, Isabel C. (2006): *Pesquisa Qualitativa e Análise de Conteúdo – Sentidos e formas de uso*. Cascais: Principia.

GUIMARÃES, Isabel (2007): *A Ciência e a Arte da Voz Humana*. Alcabideche: Escola Superior de Saúde do Alcoitão.

HUSSON, Raoul (1962): *Le Chant*. Paris: Press Universitaires de France.

KHAMBATA, A. S. (1997): “The Physiology of the Voice” in Falkner, Keith (ed). *Voice: Yehudin Menuhin Music Guides*. Great Britain: Halsan &Co Ltd. (pp. 13-25).

LAPERRIÈRE, Anne (2003): “A observação directa” in Gauthier, Benoît (ed). *Investigação Social: da Problemática à colheita de dados*. Loures: Lusociência (pp. 257-278)

LEITE, Carlinda; PEREIRA, Rosalina (1997): *Eu e a Vida*. Lisboa: Asa.

LEITE, E., MALPIQUE, M., SANTOS, M. (2001). Trabalho de Projecto. 1. Aprender por projectos centrados em problemas. Edições Afrontamento, Porto.

MACEDO, Berta (1995). *A Construção do Projecto Educativo de Escola – Processos de definição da lógica de funcionamento da escola*. Lisboa: Instituto de Inovação Educacional.

MANÉN, Lucie (1987): *BEL CANTO – The Teaching of the Classical Italian Song-Schools, Its Decline and Restoration*. New York: Oxford University Press.

MANÉN, Lucie (1981): *The Art of Singing – a manual of singing*. London: Faber Music LTD.

MARCHESI, Mathilde Castrone (s.d.): *Elementary Progressive Exercises For the Voice*. New York: Schimer's Library of Musical Classics.

MARTINS, Maria Raquel Delgado (1988): *Ouvir Falar – Introdução à Fonética do Português*. Lisboa: Editorial Caminho.

MARZO, Eduardo (1908): *The Art of Vocalization – Preparatory Course, A Series of Graded Vocal Studies for all Voices, Selected from the Works of Celebrated Masters*. Filadélfia: Oliver Ditson Company.

MATEUS, Maria Helena Mira; FALÉ, I.; FREITAS, M. J. (2005): *Fonética e Fonologia do Português*. Lisboa: Universidade Aberta.

McCARTHY, John (1997): "The Young Professional Singer" in Falkner, Keith (ed). *Voice: Yehudin Menuhin Music Guides*. Great Britain: Halsan&Co Ltd. (pp. 81-86).

MILLER, Richard (1977): *English, French, German and Italian Techniques of Singing: a Study in National Tonal Preferences and How they relate to Functional Efficiency*. EUA: The Scarecrow Press.

- MILLER, Richard (1993): *Training Tenor Voices*. New York: Macmillan.
- MILLER, Richard (1996): *On the Art of Singing*. New York: Oxford University Press.
- MILLER, Richard (2000): *Training Soprano Voices*. New York: Oxford University Press.
- MONAHAN, Brent Jeffrey (1978): *A Compendium of Thoughts of Singing Published Between 1777 and 1927*. London: The Scarecrow Press.
- MOORE, Gerald (1997): "The Accompanist and the Singer" in Falkner, Keith (ed). *Voice: Yehudin Menuhin Music Guides*. Great Britain: Halsan&Co Ltd. (pp. 270-276).
- MOREIRA, Carlos D. (2007): *Teorias e Práticas de Investigação*. Lisboa: Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas.
- NETTER, Frank Henry (1999): *Atlas of Human Anatomy – Head and Neck*. New Jersey: Library of Congress Cataloging.
- PERGOLES, G. (s.d.): "Eja Mater" in Dörffel, A. (ed.). *Alt-Album*, 735. Leipzig: C.F.Peters.
- PINHO, Sílvia; PONTES, Paulo (2008): *Músculos Intrínsecos da Laringe e Dinâmica Vocal*. Rio de Janeiro: REVINTER.
- QUIVY, Raymond (2005): *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: GRADIVA.
- RONDELEUX, L. (1977): *Trouver sa Voix – Petit guide Pratique de Travail Vocal*. Paris: Éditions du Seuil.

ROSSINI, Gioacchino (1972): *Gorgheggi e Solfeggi – Per rendere la voce agile e imparare il Bel Canto*. Milão: RICORDI.

ROUVIÈRE, H. (1970): *Anatomie Humaine – descriptive et topographique*. Paris: Masson et C^a., Editeurs (Tomo I, p. 81-117, 478-510)

ROUVIÈRE, H. (1970): *Anatomie Humaine – descriptive et topographique*. Paris: Masson et C^a., Editeurs (Tomo II, p. 28-92, 251-278)

SACRAMENTO, Ana Cristina P. (2009). *Técnica de Canto Lírico e de Teatro Musical – Práticas de Crossover*. (Tese de Doutoramento) Aveiro: Universidade de Aveiro.

SAVOIE-ZAJC, Lorraine (2003): “A entrevista semidirigida” in Gauthier, Benoît (ed). *Investigação Social: da Problemática à colheita de dados*. Loures: Lusociência (pp. 279-301)

SCARLATTI, A. (2003): “O Cessate di Piagarmi” in Parisotti, A. (ed.). *Arie Antiche*. Milão: Ricordi. Vol.1 (p.17-18)

TEIXEIRA, João T. (2004). *Mudança de concepções dos professores*. Lisboa: Instituto Piaget.

VIVALDI, A. (2002): *Gloria, Rv589*. London: Novello Publishing Limited.

SÍTIOS NA INTERNET

MOTA, Luiz A. A., SANTOS, C. M. B., BARBOSA, K. M. F., NETO, J. R. N. (2010). Disfonia em Cantores: revisão de literatura. *ACTA ORL/Técnicas em Otorrinolaringologia*- Vol. 28 (27-31, 2010).

Acedido em: 20.12.2010

Em: www.actaorl.com.br

OLIVEIRA, Mayra C. (2000): *Diversas Técnicas de Respiração para o Canto*. (Monografia apresentada para a finalização do curso de especialização em voz). Salvador: Centro de Especialização em Fonoaudiologia Clínica.

Acedido em: 20.12.2010

Em: www.cefac.br/library/teses

SOUZA, Denise P. D. (2008): *Estudo da Fonação e da Respiração, com Apoio Abdominal Expandido e Contraído, em Cantores Líricos*. (Dissertação apresentada ao Curso de Mestrado em Distúrbios da Comunicação). Curitiba: Universidade Tuiuti do Paraná.

Acedido em: 20.12.2010

Em: <http://tede.utp.br>

ANEXOS

Anexo I

Quadro de Registo de Exercício Respiratório e Reportório na Aula de Canto

Quadro de Registo de Exercício Respiratório e Reportório na Aula de Canto

Registo de exercício respiratório e reportório na aula de Canto						
Nome do Aluno:						
Data: / /2010 Aula nº						
Fases do exercício respiratório aplicadas	I	II	III	IV	V	VI
Reportório estudado						
Observações						

Anexo II

Quadro de Avaliação Diagnóstica do Desempenho do Aluno

Quadro de Avaliação Diagnóstica do Desempenho do Aluno

AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA DO DESEMPENHO DO ALUNO					
Nome do Aluno:					
Data: //2010 Aula nº					
Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca					
1.2. Braços alinhados com o tronco					
1.3. Costas erectas					
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal					
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório					
2.2. Expansão respiratória					
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração					
2.4. Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração fonatória:					
2.4.1. Estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração					
2.4.2. Trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos músculos que constituem o apoio vocal					
2.5. Duração da expiração fonatória					
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação					
3.2. Impostação vocal					
3.3. Legato					
3.4. Execução de dinâmicas					

Anexo III

Quadro de Avaliação Periódica do Desempenho do Aluno

Quadro de Avaliação Periódica do Desempenho do Aluno

AVALIAÇÃO PERIÓDICA DO DESEMPENHO DO ALUNO					
Nome do Aluno:					
Data: //2010 Aula nº					
Parâmetros	Níveis				
	1	2	3	4	5
1. Postura corporal					
1.1. Pés assentes no chão e alinhados pela largura da anca					
1.2. Braços alinhados com o tronco					
1.3. Costas erectas					
1.4. Pescoço e cabeça no alinhamento da espinha dorsal					
2. Desempenho respiratório					
2.1. Execução do exercício respiratório					
2.2. Expansão respiratória					
2.3. Coordenação da musculatura do aparelho respiratório no processo de inspiração					
2.4. Coordenação do aparelho respiratório com o processo de expiração:					
2.4.1. estabilidade frequencial da coluna do ar durante a expiração					
2.4.2. trabalho de suporte do canto pelo conjunto dos musculos que constituem o apoio vocal					
2.5. Execução de frases musicais completas					
3. Desempenho vocal					
3.1. Afinação					
3.2. Impostação vocal					
3.3. Legato					
3.4. Execução de dinâmicas					

Anexo IV

Guião para a Entrevista Semi-estruturada

GUIÃO PARA A ENTREVISTA SEMI-ESTRUTURADA

Esta entrevista será realizada com o objectivo de registar a experiência e vivência dos alunos que integraram o estudo desenvolvido no Projecto Educativo *A Respiração no Ensino do Canto*. Este registo será parte integrante do DAPE (Documento de Apoio ao Projecto Educativo), trabalho realizado no contexto do Mestrado em Música – vertente Vocacional, do Departamento de Comunicação e Arte da Universidade de Aveiro.

1. Há quanto tempo estuda Canto?
2. Com quantos professores de Canto trabalhou até hoje?
3. Canta fora do contexto da aula? [Onde? Com quem? Em que grupo(s)?]
4. Como descreve o desenvolvimento da sua capacidade de expressão musical no passado ano lectivo? [diferentes dinâmicas, legato, frases longas]
5. Considera que o desenvolvimento da capacidade respiratória contribuiu para o desenvolvimento da expressão musical?
6. Como relaciona a capacidade de obtenção de uma expressão musical variada com a activação da musculatura do apoio vocal?
7. Quais os músculos em que alicerça o seu apoio vocal?
8. Como relaciona a activação do apoio vocal com o processo da inspiração?
9. Como descreve a actividade muscular da inspiração precedente ao acto do Canto?
10. Que sensações tem durante esta inspiração que precede a actividade do Canto? [pressão muscular, ressonâncias]
11. Como descreve a posição do diafragma durante a inspiração?
12. Como descreve a actividade muscular na expiração durante a prática de Canto?
13. Como relaciona a actividade muscular da expiração durante a prática de Canto com a manutenção do apoio vocal?
14. Qual a relação que encontra entre a actividade muscular referida (expiração) e a posição do diafragma?

15. Como descreve a posição do diafragma durante a prática do Canto?
16. Quais as sensações musculares que percepciona durante a actividade do Canto?
17. Enquanto aluno de Canto, sentiu diferenças na sua actividade respiratória ao longo do passado ano lectivo?
18. Como descreve a sua capacidade respiratória em Janeiro, em Abril, e em Junho?
19. Como descreve a sua prática de Canto em Janeiro, em Abril e em Junho?
20. Cantar é, agora, mais fácil?
21. Como descreve a experiência de cantar?
22. Alguma vez teve problemas vocais? [Quais? Qual o tratamento?]
23. Quando foi a última vez que teve problemas vocais?
24. Relaciona a ausência de problemas vocais com uma nova abordagem à prática de Canto?

Anexo V

Transcrição da Entrevista da Alexandra

Aluna: Alexandra Pimentel

Joana (J): Esta entrevista será realizada com o objectivo de registar a experiência e vivência dos alunos que integraram o estudo desenvolvido no Projecto Educativo *A Respiração no Ensino do Canto*. Este registo será parte integrante do DAPE (Documento de Apoio ao Projecto Educativo), trabalho realizado no contexto do Mestrado em Música – vertente Vocacional, do Departamento de Comunicação e Arte da Universidade de Aveiro.

J: Há quanto tempo estuda Canto?

Alexandra (A): Eu estudo Canto desde Janeiro de 2007.

J: E com quantos professores de Canto trabalhou?

A: Com quatro.

J: Canta fora do contexto da aula?

A: Sim. Faço parte de um coro criado há relativamente pouco tempo. Mas com poucos elementos, não estão mais do que três elementos por naípe. Portanto, somos perto de doze.

J: E tem concertos regulares?

A: Já tivemos dois. Considerando que o grupo iniciou em Março, acho que não está mal para número de actuações. Embora se correu bem ou não... [risos]

J: Como descreve o desenvolvimento da sua expressão musical no passado ano lectivo?

A: O que dou conta é que, efectivamente, desde inícios das minhas aulas de Canto a evolução tem sido uma constante. E todos os professores me conseguiram ensinar coisas novas e diferentes. Obviamente que, se calhar, nesta fase aquilo que noto é que tenho mais alguma segurança para fazer muitas coisas. Eu tive muitos problemas com legato e noto que num dia em que esteja mais distraída o professor tem que me chamar à atenção, mas noto que estou melhor, assim como no ataque e no controlo da respiração. Consigo manter durante mais tempo a expiração. Obviamente que noto evoluções, noto que ao longo do tempo tenho ficado com coisas boas. Estive sempre a aprender.

J: Sente, então que houve evolução?

A: Sinto.

J: E relaciona com a capacidade respiratória?

A: A respiração é muito importante. Logo no início, com o primeiro professor que tive, uma das coisas que foi falada foi o funcionamento do corpo. Transmitindo-me que a respiração é um dos passos fundamentais para se poder cantar. A nossa capacidade de controlo vai aumentando à medida que vamos ouvindo dizer “numa situação destas faça assim, ou faça daquela maneira. Porque se fizer assim vai conseguir isto ou aquilo” e nós gradualmente vamos assumindo isso e vai ficando claro como devemos cantar. Portanto naquela situação nós já sabemos que “vou ter que fazer assim, ou o meu corpo vai ter que ficar assim, a minha caixa torácica vai ter que ficar assim” e temos que conjugar tudo para tentar cantar da melhor maneira.

J: Considera que está a falar sobre apoio vocal?

A: Para ter um apoio vocal a respiração seguramente que está envolvida.

J: E qual a musculatura que envolve nesse apoio?

A: O diafragma, os intercostais, os abdominais. Com eles fazemos o controlo da saída e da entrada do ar em função do apoio que quisermos. Porque se não tivermos o apoio não conseguimos cantar bem.

J: Relaciona a activação desse apoio vocal com a inspiração?

A: Sim. E, por vezes, o que noto é que, por exemplo, nem sempre o inspirar muito nos pode ajudar na saída do ar a seguir. Dependendo das situações ou do que se vai cantar, inspirar pouco ou inspirar muito também pode ajudar a que saia bem ou mal.

J: E considera necessário inspirar muito para frases longas?

A: Não necessariamente.

J: Como descreve a actividade muscular na inspiração? O que faz na inspiração?

A: Normalmente, o que faço na inspiração é fazer entrar o ar pelo nariz. E depois guardo o ar [risos]

J: Como?

A: Quando o ar entra, o nosso abdómen deve estar para fora.

J: E no momento imediatamente antes de cantar, há algum movimento muscular específico?

A: Antes de iniciar a saída da voz, tenho que estar preparada em termos de intercostais para conseguir reter o ar. Quando inspiramos devemos preparar o corpo para uma expiração longa.

J: Na fonação esse movimento transforma-se? Que sensações musculares tem na expiração para a fonação?

A: O músculo diafragmático tem de estar bem seguro, a caixa torácica deve estar alargada e o controlo do abdómen deve permitir controlar a saída do ar.

J: Difere a posição do diafragma na inspiração e na expiração?

A: Sim. Como a nossa barriga, na inspiração, deve estar expandida, o diafragma não está para cima. Quando preparamos a fonação o diafragma deve estar contraído, e depois vai subindo.

J: Sentiu diferenças na sua capacidade respiratória no passado ano lectivo?

A: Noto que faço mais exercícios respiratórios no meu estudo.

J: E corresponde a resultados?

A: Sim. Porque os resultados têm sido sempre a melhorar e só pode estar relacionado com todos os exercícios que foram feitos ao longo do ano.

J: Quando voltou das férias da Páscoa, sentiu que tinha havido melhorias?

A: Após as férias fico sempre destreinada, porque não exercito tanto como no período normal das aulas. Mas também me apercebi que os exercícios melhoraram marcadamente a respiração. Notei que a professora quis implementar o controlo e sustentação da expiração, nomeadamente nas frases, e nisso é diferente dos outros professores. E noto que foram trabalhados exercícios respiratório: “respirar à cão”, ou no início encostar-nos à parede, ou mesmo durante o próprio trabalho recomendou-nos posições e exercícios executáveis durante todo o dia.

J: Sentiu que a evolução ao nível da respiração existiu também ao nível da fonação?

A: A minha amplitude vocal está maior. Embora ainda seja medricas nos agudos, noto que estou melhor a todos os níveis.

J: Sente-se diferente, agora, quando se apresenta em público?

A: Não quer dizer que não estejamos nervosos, porque estamos. Mas já se consegue controlar os nervos porque sentimos que estamos mais seguros em relação ao que vamos passar. Porque sabemos que naquela situação vou ter que fazer assim, e conhecer o público com que vamos contactando (em audições e não só, porque já faço algumas coisas em público). Noto que estou mais à vontade. Não tem nada a ver com a primeira audição. Na minha primeira audição, a minha primeira apresentação em público, foi em 2008, eu ia desmaiando. Porque fiquei tão nervosa, tão nervosa, quando me apercebi que ia entrar a seguir ao saxofonista... [risos] e hoje nem sequer penso que isso possa acontecer. Fico sempre um bocadinho ansiosa, mas é perfeitamente controlável.

J: Diria que cantar, agora, é mais fácil?

A: É, sim.

J: Já teve problemas vocais?

A: Já. Aliás, eu entrei no conservatório no seguimento de uma consulta com o otorrino, no final de 2006, em Dezembro. Já andava com uma rouquidão há algum tempo, por vezes ficava quase afónica, e tinha a sensação de ter qualquer coisa na garganta. Incomodava-me, tinha ali um objecto estranho, uma coisa estranha. E achei que já estava na hora de ir ver o que se passava, porque os meus próprios colegas diziam “tens que ver isso, porque ficas rouca muitas vezes e é melhor ir ver o que se passa”. Fui ao otorrino e verifiquei que tinha uma fenda glótica e dois nódulos nas cordas vocais. Fruto de mau uso da voz. Não sei exactamente porquê. Tenho uma actividade profissional que envolve falar com candidatos e fazer formações colectivas, e isso obriga-nos a utilizar a voz durante bastante tempo. E o mais provável é que não o fizesse da melhor maneira. Nem sequer tinha ideia do que era cantar. Porque sempre gostei de cantar, mas de facto as pessoas não têm noção do que é cantar. E depois ele [o otorrino] disse-me que queria que eu iniciasse uma série de sessões de terapia da fala. Comecei a pensar que não “estava muito pelos ajustes” para fazer terapia da fala. E em conversa até lhe disse falei da hipótese de fazer aulas de Canto. “Aulas de Canto... experimente. Se tem possibilidades, pode ser que funcione”. Iniciei as aulas e passado três semanas as melhorias foram significativas. Voltei a ir ao otorrino, fiz um novo exame e ficou muito admirado [o otorrino], achou que estava consideravelmente melhor. E depois, em Junho de 2007, em termos de exame estava um exame ótimo. Os nódulos tinham desaparecido e a fenda já não existia. Aliás tenho tudo comprovado. Porque ele deu-me umas cópias das minhas imagens e fiquei muito satisfeita.

J: Essa foi a última vez que teve problemas vocais?

A: Assim deste género, sim.

J: Relaciona essa ausência de problemas vocais com bons hábitos respiratórios?

A: Seguramente. Sim, sim, sim. Para cantar, se não fizer uma boa inspiração a voz não vai sair como deve e vai, com certeza, provocar o mau funcionamento das cordas vocais. O que pode,

de facto, criar problemas. Penso que tem de funcionar tudo no conjunto. A musculatura, a respiração... se tudo não funcionar bem algo vai correr mal.

J: Como descreve a experiência de cantar?

A: Ai, tão bom. Olhe, é o meu escape. Sempre gostei muito de cantar. E para pessoas que tenham actividade profissional, poder sair do contexto de rotina é maravilhoso. O período em que tive quase dois meses sem professora, durante uma transição de professores, eu andava muito nervosa, muito aborrecida, porque queria mesmo ter aulas de Canto. Porque gosto mesmo de ter aulas de Canto. Gosto de saber cantar e fazê-lo bem.

J: Obrigada, Alexandra.

A: De nada. Foi um prazer.

Anexo VI

Transcrição da Entrevista da Caroline

Aluna: Caroline Dominguez

Joana (J): Esta entrevista será realizada com o objectivo de registar a experiência e vivência dos alunos que integraram o estudo desenvolvido no Projecto Educativo *A Respiração no Ensino do Canto*. Este registo será parte integrante do DAPE (Documento de Apoio ao Projecto Educativo), trabalho realizado no contexto do Mestrado em Música – vertente Vocacional, do Departamento de Comunicação e Arte da Universidade de Aveiro.

J: Há quanto tempo estuda Canto?

Caroline (C): [tempo para pensar] com alguma intermitência, posso dizer que serão três anos. Mais ou menos. Comecei um ano, depois deixei e depois voltei. Mas no seu todo poderemos dizer que três anos

J: Com quantos professores de Canto?

C: [tempo para contar] Quatro, pelo menos. Quatro ou cinco.

J: E canta fora do contexto da aula?

C: Canto fora do contexto da aula, canto. Canto em coro e canto sozinha também, com as crianças.

J: Com os seus filhos?

C: Sim.

J: Sente que houve evolução no último ano a nível da sua expressão musical?

C: Sim, sem dúvida. Sim, sinto evolução. Mas não é a área em que sinto mais mudanças, mais reforço, digamos.

J: Qual é?

C: Sinto-me mais confiante com a voz. Sinto que tenho possibilidades. Sinto-me com mais potencial. Sinto-me mais liberta.

J: E consegue dizer porquê?

C: [risos] Sim, a minha professora. Acho que tem muito a ver com o ensino que recebi de si.

J: Mas sente que é uma evolução natural da experiência de cantar?

C: Não sei se é natural, isso não posso dizer. Mas tenho a sensação que tenho as coisas mais sedimentadas, mais sólidas. Por exemplo a nível da respiração, sem dúvida.

J: Relaciona, então, a evolução que sentiu com uma evolução a nível da respiração?

C: Sim. Sim, sim, sim. Porque eu tinha muitas dificuldades na respiração, antes. Não conseguia fazer frases longas, cansava-me muito rapidamente, tinha que respirar imensas vezes. E acho que a técnica foi evoluindo para melhor, e agora consigo manter o ar durante mais tempo. Com menos ar consigo fazer mais. O que para mim é importante, importantíssimo, porque era uma das áreas mais frágeis que eu tinha.

J: Como relaciona a inspiração com o apoio vocal?

C: Estou consciente da relação da respiração com o apoio vocal, sobretudo na primeira inspiração.

J: Como descreve muscularmente o movimento da inspiração com a preparação para o acto de cantar?

C: Sinto, sobretudo, uma abertura. Para mim, inspirar é sinónimo de abrir o corpo. Desde as costelas à parte abdominal. Há uma preparação consciente, há uma consciência de que vou cantar. Há qualquer coisa que diz que estamos prontos e acciona os músculos que vão dar o apoio.

J: E, nesse ponto antes de cantar, em que posição acha que está o diafragma? Pensa sobre essa posição?

C: Não é uma coisa que pense, é uma coisa que eu sinto. Sinto que há qualquer coisa que baixa, aqui que mexe [gestualiza para a zona do estômago], mas não é consciente. Sinto que há como que uma abertura, qualquer coisa que deixa entrar.

J: Sente que a expiração no Canto é diferente da expiração que faz no dia-a-dia?

C: Tenho pouca consciência da expiração. Penso em ir devagar, em expirar de forma mais controlada. Ou seja, enquanto se canta, vamos expirando mas de forma bastante controlada.

J: Sente a intervenção específica de determinados músculos durante essa actividade do Canto?

C: Sim, essencialmente dos abdominais, desta parte aqui [gestualiza para a zona abdominal e intercostal]. Quando vou expirando estes músculos vão fazendo o contrário da inspiração. Se eu inspirei e abri os músculos, na expiração estes músculos vão aos poucos voltar ao normal.

J: Apontou para aqui ...[repito o mesmo gesto da aluna nos intercostais]

C: Intercostais também.

J: E quanto ao diafragma, diferencia posições da inspiração para a expiração?

C: Sim, o diafragma está numa posição diferente. Ele vai recolhendo na expiração. É a imagem que tenho mas não estou muito consciente do que faz.

J: Pensando no ano que passou e na evolução que teve, se pensarmos no intervalo de Janeiro a Março, sentiu que estava diferente?

C: Depois das férias?

J: Da Páscoa, sim.

C: Um bocadinho. É como se estivesse mais sólido. É como se tivesse cimentado o que foi feito antes. As coisas estavam no sítio.

J: Pensando de Janeiro a Junho, como descreve a sua evolução? Há elementos de evolução que menciona inquestionavelmente?

C: Acho que houve uma evolução muito positiva, falando de forma geral – foi uma evolução positiva. E, como disse, mais na parte de confiança. Suponho que graças ao trabalho desenvolvido, senti que havia potencial de umas partes que não utilizava antes e que foram sendo desenvolvidas. E creio que estou ainda a meio do caminho, vai haver ainda mais evolução. Sinto que estou no caminho certo. A nível da respiração, acho que já se avançou bastante. Tenho maior consciência dos movimentos musculares. E sinto esses músculos a

trabalhar, estão bastante presentes no meu canto, enquanto que antes não. E toda a parte da postura da boca, da laringe, dos espaços utilizados na boca, aqui [aponta para cara – maçãs do rosto], toda a parte da voz de cabeça. Que é uma das coisas que eu nunca tinha experimentado, foi fantástico, gostava de repetir outras vezes.

J: Diria que cantar é mais fácil agora?

C: Sim, talvez mais natural, não sei. Mais ... sim, sem dúvida. Antes sentia que trabalhava muito aqui [indica o pescoço], fazia muito esforço na garganta. E agora sinto que há outras coisas que funcionam, não é só a garganta.

J: Já teve problemas vocais?

C: Tive. Antes.

J: Pode dizer-me quais?

C: Um quisto numa corda vocal, na esquerda acho. Estive parada um ano e meio. Sem poder cantar absolutamente nada. Foi terrível. Eu adoro cantar. Gostava de cantar mais ainda. Gostava muito de cantar. Se tivesse outra vida acho que era cantora.

J: Essa foi a última vez que teve problemas vocais?

C: Sim, sim, não tive mais. Entretanto não tive mais. Mesmo chegando a notas que não chegava antes, não tive mais problemas vocais.

J: Sente que a respiração suporta a resistência vocal?

C: Sim, sim, sem dúvida. Sem dúvida. E inclusivé, o trabalho que foi desenvolvido nas aulas de Canto reflete-se nas aulas que dou na Universidade. Quando estou a falar trabalho mais esse suporte, esse apoio.

J: De forma consciente ou dá-se conta?

C: É mais dou-me conta, que estou a falar com o apoio abdominal e fico contente por isso. E quando não estou, e ganho consciência disso penso, “ah, agora estou a forçar a voz desnecessariamente”, passo para outro registo, que é uma coisa que eu não fazia antes. Isso é fantástico, porque suponho que se continuasse a dar aulas no mesmo registo continuaria a ter problemas.

J: Como descreve a experiência de cantar?

C: [momento longo para pensar] É uma alegria muito profunda. Uma coisa que surge do mais íntimo de mim própria. É das experiências mais íntimas e profundas que eu tenho. E muito boa. Depois de cantar, e durante, tenho uma energia positiva muito grande durante várias horas, o que é fantástico. Cantar alimenta a emoção, as emoções positivas e de bem-estar. É uma experiência única, magnífica.

J: Obrigada, Caroline.

C: De nada, foi com todo o prazer.

Anexo VII

Transcrição da Entrevista do Luís

Aluno: Luís Rocha

Joana (J): Esta entrevista será realizada com o objectivo de registar a experiência e vivência dos alunos que integraram o estudo desenvolvido no Projecto Educativo *A Respiração no Ensino do Canto*. Este registo será parte integrante do DAPE (Documento de Apoio ao Projecto Educativo), trabalho realizado no contexto do Mestrado em Música – vertente Vocacional, do Departamento de Comunicação e Arte da Universidade de Aveiro.

J: Há quanto tempo estudas Canto?

L: Estudo Canto há 5/6 anos. Não continuamente, aos meus quinze anos comecei a estudar Canto. Depois houve um ou dois anos que parei. Mas como entrei na tuna, entretanto, não deixei de cantar. E toda a técnica foi utilizada, ou fiz por isso, na parte solística das actuações.

J: E quantos professores de Canto tiveste?

L: Isso aí... [tempo para contar]. Cinco.

J: Cantas na tuna. Cantas em mais algum sítio?

L: Canto na tuna. E por vezes faço também apresentações com o conservatório, mas de forma mais esporádica.

J: Sentes que a tua expressão musical desenvolveu no último ano? Refiro-me à execução de diferentes dinâmicas, legato...

J: E relacionas com um desenvolvimento respiratório?

L: Sim, sim, sim. Isto está tudo envolvido. É complicado explicar. A respiração é a base de tudo. Quando canto, espero que a técnica seja espontânea. E, depois, pelo que ouço e pelo que me dizem, tento corrigir. Claro que nunca sai como eu gostava que saísse. Mas sinto grandes diferenças desde o início do ano.

J: Relacionas a musculatura da respiração com a musculatura do apoio vocal?

L: Sim, a nível abdominal, essencialmente.

J: Como?

L: Não fazendo uma respiração torácica, mas sim abdominal.

J: Respiração torácica?

L: Levantar o peito, como se respira normalmente.

J: Mas fazes um alargamento da caixa torácica? Como?

L: Isso é mais instintivo. Tenho que contrariar isso e concentrar-me na respiração abdominal.

J: E como fazes esse movimento abdominal?

L: Alargamento, empurrar a barriga para fora, tentar alargar os intercostais. É isso que faço.

J: E pensas em apoio vocal?

L: Sim.

J: Quando pensas em preparar esse apoio vocal, o que mexe no corpo? Quais são os pontos em que pensas?

L: Na região abdominal e intercostal. Essencialmente é isto.

J: E o que pensas em fazer?

L: Visiono como um balão a encher.

J: E que sensações musculares tens imediatamente antes de cantar?

L: Não estou atento.

J: Durante a expiração, há algo que sintas muscularmente diferente da inspiração?

L: Na expiração preocupo-me em não deitar o ar, todo de uma vez, para fora.

J: Procuras contrariar a saída do ar?

L: Exacto.

J: E como fazes isso?

L: Esso já não sei. É uma questão de contrariar o movimento abdominal, não deixar que o ar saia todo de uma vez.

J: Como posicionas o diafragma na inspiração e na expiração?

L: Na inspiração o diafragma vai para baixo. Na expiração o diafragma vai para cima.

J: Como aluno de Canto no passado ano lectivo, sentiste evoluções na tua capacidade respiratoria e na tua actividade de fonação?

L: Senti.

J: Concretamente...

L: Senti diferenças no tal controlo da expiração. O chegar ao final de uma frase e ter mais ar para cantar. Não ter que respirar a meio de uma frase, conseguir cantar mais tempo sem respirar.

J: E achas que o fazes com ou sem expressão?

L: Eu sou pouco expressivo a cantar, eu tenho noção disso. Mas acho que até nisso melhorei muito.

J: Quando voltaste das férias da Páscoa, sentiste diferenças na tua forma de cantar e capacidade respiratória? Sentiste que tinha havido uma evolução desde Janeiro?

L: Sim, sim, sim. Senti isso, senti que havia alguma coisa diferente. O conseguir aguentar mais tempo a frase, mesmo na coluratura conseguir fazer mais rápido. Isso tem tudo a ver com a respiração e notei grandes diferenças.

J: E sentiste um desenvolvimento paralelo da tua capacidade respiratória e fonatória, ou achas que evoluiste mais num processo do que noutro?

L: Acho que desenvolvi mais na parte da respiração. A fonação é dos meus grandes problemas.

J: Tens tido problemas vocais? Alguma vez tiveste problemas vocais?

L: Não. Tenho aquelas gripes comuns, infecções. Mais nada.

J: Cantar, desde há um ano para cá, é mais fácil?

L: [tempo para pensar] Cantar é melhor.

J: Como descreves cantar?

L: [risos] Isso é pedir para descrever a música!!! E a música é a minha melhor amiga.

J: É intenso?

L: É, é. Cantar é liberdade.

J: Obrigada.

L: Obrigado eu.

Anexo VIII

Transcrição da Entrevista da Margarida

Aluna: Margarida Carvalho

Joana (J): Esta entrevista será realizada com o objectivo de registar a experiência e vivência dos alunos que integraram o estudo desenvolvido no Projecto Educativo *A Respiração no Ensino do Canto*. Este registo será parte integrante do DAPE (Documento de Apoio ao Projecto Educativo), trabalho realizado no contexto do Mestrado em Música – vertente Vocacional, do Departamento de Comunicação e Arte da Universidade de Aveiro.

Joana (J): Há quanto tempo estuda Canto?

Margarida (M): Há três anos.

J: E com quantos professores trabalhou?

M: Com três professores.

J: Canta fora do contexto das aulas? Em Grupo? A solo?

M: Sim. Sempre acompanhada. Eu tenho fobia a cantar sozinha. E acho que o grupo cria um certo alicerce, tratando-se de grupos corais mais vocacionados para música de câmara.

J: Sente que teve uma evolução ao nível da expressão musical.

M: Sinto bastante evolução. Inclusivamente ao nível da colocação da voz e da respiração.

J: Relaciona esse desenvolvimento com a capacidade respiratória?

M: Sem dúvida. Sem dúvida. Talvez seja necessário acrescentar que, como eu pratico meditação, há vinte anos, já tinha alguma flexibilidade na respiração abdominal.

J: Sentiu diferenças nas duas formas de respirar (na meditação e no Canto)?

M: São diferentes, são diferentes. Até porque no Canto há uma maior conjugação, a nível da meditação há quase como uma fusão. No Canto eu não consegui, ainda, chegar a esse ponto, mas consegui, de facto, equilibrar o som que eu quero emanar. Não a intensidade, mas o prolongamento do som, não digo *ad eterno* mas quase. Não é tão importante para mim a inspiração mas a expiração.

J: Consegue sentir uma ligação dessa exalação com a produção do som com ressonâncias?

M: As ressonâncias sim, consigo perfeitamente perceber. Eu consigo diferenciar quando há ressonância e quando não há ressonância. A única coisa que eu noto, mas isso se calhar tem a ver com o meu receio ou com um vício de voz que eu tive durante anos e anos e ainda não consegui domá-lo, que é a intensidade do som. Não consigo. Ou canto baixinho, ou se quero projectar com mais intensidade parece que a voz não está ainda madura para poder firmar esse som que pretendo alcançar.

J: Sente que há uma ligação do processo da respiração com o apoio vocal?

M: Sim, sim, sim. E fundamentalmente quando colocamos a respiração ao nível do diafragma e dos abdominais, aí consigo sentir. Mas isso também aprendi consigo. Com os anteriores professores não tinha esse ensinamento. A posição em que nós ficamos de pé (é muito importante assentar bem os pés), e depois criar a estrutura de apoio ao nível do diafragma e por vezes ao nível do coxís – é uma coisa muito interessante, que também na meditação é

muito importante. Deixe-me dizer-lhe, quando nos sentamos em meditação temos de nos colocar na mesma posição que a Joana me diz para fazer [rotação da zona das ancas], alterar ligeiramente o coxix, sentimos este apoio com este movimento ligeiramente para a frente e na meditação se fizermos isso, temos a respiração perfeita. Conseguimos manter a meditação por muito tempo, porque os canais estão completamente equilibrados.

J: Descreveria essa respiração perfeita como um alinhamento?

M: Um alinhamento, sim.

J: Que musculatura acha que está envolvida no apoio vocal?

M: A parte abdominal é para mim a mais relevante.

J: E se falarmos a nível de sensações musculares. Que sensações musculares tem quando se prepara para o acto do Canto?

M: Mmm... Eu penso a respiração e o corpo responde. Eu acho que é mesmo o domínio da mente sobre o corpo. Mas acaba depois por haver uma fusão, mas neste momento ainda penso muito. Ainda estou naquela fase de pôr o pensamento à frente dos actos.

J: Há pouco falou do diafragma. Em que posição acha que o diafragma está na inspiração, no momento imediatamente antes de cantar.

M: Quando inspiro sinto liberdade no diafragma. Depois há uma sensação de contracção com a intenção de prolongar o som.

J: Na expiração, as sensações musculares são diferentes?

M: São completamente diferentes.

J: Sente a necessidade de fazer uma retenção do ar?

M: Exactamente.

J: E como a faz?

M: A única coisa que eu faço é a mentalização. É um processo que eu consigo... por vezes consigo, outras vezes não consigo... mas depende muito do equilíbrio de cada um de nós no momento em que está a fazer a exalação.

J: Considera que é um processo mental...

M: O meu está a ser, neste momento. Mas eu acredito que estou numa fase ainda muito primária. Porque precisamente, a música é quase espírito, para mim. E eu sei que tem que haver desprendimentos múltiplos quando nós estamos a fazer a manutenção da respiração para um fim objectivante que no fundo é o próprio som. Nessa altura, o que sinto, é que se conseguir chegar ao ponto ideal, que não sou mente e corpo mas apenas uma unidade (aquela questão simbólica do uno), nessa altura conseguirei. Mas acho que ainda não estou nessa fase, de fusão. Tenho consciência que tenho muito, muito ainda que fazer.

J: Quanto ao diafragma, agora na expiração. Sente diferenças?

M: O diafragma na expiração tem que ser muito focado. Quando estou na exalação estou a reparar até que ponto... apesar de ser uma expansão, está contraído. Essa é a sensação que tenho. Não é livre... porque estou a exalar deixo-me levar – Não. É exactamente o contrário. Eu conduzo o som e ao conduzir o som na exalação estou a tentar prolongá-lo.

J: E como descreve o movimento abdominal nesse acto do Canto? Há movimento abdominal?

M: Tem que haver sempre movimento abdominal.

J: Diria que estas são as suas sensações musculares?

M: Sim. Mas que me dão muito equilíbrio. É uma coisa impressionante, sinto-me alinhada com o Canto.

J: Pelo processo de respiração e envolvimento com o corpo?

M: Exactamente. A respiração é espaço, é tempo, e depois é música. É o Canto, para mim é sublime.

J: Espaço interior?

M: Sim.

J: Que sensações de espaço?

M: Espaço representado através da expansão ou da contração.

J: E sente essa expansão durante a fonação?

M: Exactamente.

J: Ao longo do passado ano lectivo (começamos a trabalhar em Janeiro), e fazendo uma retrospectiva, quando voltou depois das férias da Páscoa [Março/Abril] sentiu que tinha evoluído?

M: Senti uma evolução imediata. E senti uma coisa que eu nunca tinha até então... que eu tenho um pavor à exposição, a exposição física, digamos assim. E o que eu senti foi um maior domínio do meu corpo.

J: E nessa altura pediu para que a aula fosse mais técnica.

M: Sim.

J: Porquê?

M: Sim. Estou a recordar-me disso [sorriu]. Porque eu... está relacionada, um pouco, com a minha prática diária. Por vezes estou a dar aulas, outras vezes estou em conferências, e aprendi muito com o Canto – a colocar a voz quando estou a falar. Foi o Canto que me trouxe isso também. Porque eu falava muito de garganta. Não sei dizer muito bem. Sei que no final de duas horas lectivas, por exemplo, eu estava completamente sem voz. Porque acho que colocava mal a voz. E, naqueles primeiros três meses, consegui perceber onde devia centrar a voz o que me permitiu depois fazer as coisas com muito mais leveza.

J: E da Páscoa até ao final do ano, sentiu também diferenças?

M: Eu fui sempre sentindo diferenças. Posso não manifestá-las, por vezes, porque posso aparecer assim [pausa] sem muita vontade de explorar um pouco mais. Mas, no fundo, faço esse trabalho todo em casa. E essa foi uma das coisas que o Canto me trouxe. Não digo diariamente, mas de dois em dois dias eu estou a fazer vocalizos e a ver qual a evolução que tenho. Uma coisa fabulosa que sinto (e senti consigo na aula) é o som a fazer ressonância no próprio corpo. Senti-lo a fazer uma ressonância interna. É incrível. Eu já tenho dito que isto é uma experiência meditativa.

J: Faz uma distinção entre o seu desenvolvimento respiratório e fonatório?

M: Sim, a esse nível também senti diferença. Se bem que... eu não sei... mas, eu estou ainda... [pausa]... a nível do som eu julgo que estou ainda num período de transição. Eu vou notando as diferenças mas acho que o som, para mim, ainda está naquela fase de descoberta. E, por isso, não posso dizer com tanta certeza que distinção é essa que consigo ver. Mas para mim o som está a ser... é um espanto, é uma admiração.

J: Na respiração, sente a evolução foi mais ou menos acelerada que na fonação?

M: Na respiração a evolução foi mais acelerada.

J: Cantar, agora é mais fácil?

M: Cantar é mais fácil. Eu adoro cantar. Sempre que nos juntamos em grupo, cada naípe tem o seu papel. E... estou lá. Estou lá e fundo-me no meio.

J: Essa é a sua descrição sobre a experiência de cantar?

M: O canto, para mim, é mais do que isso. Eu imagino o Canto como esferas. É um jogo de esferas e tenho muito esta imagem dentro de mim. E tem a ver um pouco com o acto criacionista do próprio universo. Para mim a esfera, a esfera em termos simbólicos [faz uma gestualidade de universal, de globo terrestre], a esfera redonda, a esfera Terra, a esfera celeste, se quiser. Mas eu julgo que a música é que faz a inter-relação de tudo isto. A música é sublime.

J: E cantar é fazer parte...

M: E o cantar é participar dos pequenos fragmentos do sublime que temos à disposição.

J: Alguma vez teve problemas vocais?

M: Não. Tive talvez por má colocação de voz. Mas aqueles problemas vocais que estava a mencionar há pouco. Fazer uma perlecção e depois ficar rouca. Mas acho que era por colocar mal a voz.

J: Obrigada, Margarida.

M: De nada. Obrigada eu.

Anexo IX

Autorização de Alexandra

DECLARAÇÃO

Eu, Alexandra Pimentel, declaro ter tomado conhecimento e autorizo a utilização do conteúdo das minhas aulas de Canto e da entrevista concedida à professora Joana Valente, para a elaboração do seu Documento de Apoio ao Projecto Educativo, realizado no contexto do Mestrado em Música – vertente vocacional, do Departamento de Comunicação e Arte da Universidade de Aveiro.

A handwritten signature in black ink, reading 'Alexandra Pimentel', written in a cursive style.

Anexo X

Autorização de Caroline

DECLARAÇÃO

Eu, Caroline Dominguez, declaro ter tomado conhecimento e autorizo a utilização do conteúdo das minhas aulas de Canto e da entrevista concedida à professora Joana Valente, para a elaboração do seu Documento de Apoio ao Projecto Educativo, realizado no contexto do Mestrado em Música – vertente vocacional, do Departamento de Comunicação e Arte da Universidade de Aveiro.

A handwritten signature in black ink, reading 'Dominguez Caroline', with a large, stylized flourish underneath.

Anexo XI

Autorização de Luís

DECLARAÇÃO

Eu, Luís Rocha, declaro ter tomado conhecimento e autorizo a utilização do conteúdo das minhas aulas de Canto e da entrevista concedida à professora Joana Valente, para a elaboração do seu Documento de Apoio ao Projecto Educativo, realizado no contexto do Mestrado em Música – vertente vocacional, do Departamento de Comunicação e Arte da Universidade de Aveiro.

Luís Arnaldo Gomes Ribeiro Lunde da Rocha

Anexo XII

Autorização de Margarida

DECLARAÇÃO

Eu, Margarida Carvalho, declaro ter tomado conhecimento e autorizo a utilização do conteúdo das minhas aulas de Canto e da entrevista concedida à professora Joana Valente, para a elaboração do seu Documento de Apoio ao Projecto Educativo, realizado no contexto do Mestrado em Música – vertente vocacional, do Departamento de Comunicação e Arte da Universidade de Aveiro.

